

**Crear Para Sanar: Guía Para El Manejo De Duelo En Niños Mediante Técnicas De
Arteterapia**

Angie Crisbeth Velandia Mendoza

Corporación Universitaria Minuto de Dios, Facultad de Ciencias Humanas y Sociales,
Psicología

Opción de Grado

Tutor: Prof. Daniel Barragán

Lector: Prof. Rocio del Pilar Gonzalez

Bogotá, 17 de mayo de 2024

**Crear para sanar: Guía para el manejo de duelo en niños mediante técnicas de
arteterapia**

Tabla de contenido

1. Resumen	3
2. Abstract	3
3. Introducción	4
4. Justificación	5
5. Objetivo General	6
6. Objetivos Específicos	6
7. Marco Teórico	7
7.1 Duelo	7
7.2 Etapas del duelo	9
7.3 Duelo en niños	10
7.3.1 Aspectos cognitivos	11
7.3.2 Aspectos socio culturales	13
7.4 Arteterapia	15
7.5 Terapia breve estratégica	15
8. Propuesta de intervención	16
9. Discusión	20
10. Referencias	23

Crear para sanar: Guía para el manejo de duelo en niños mediante técnicas de arteterapia

Resumen

El duelo y el manejo de su proceso es un fenómeno que suscita en la medida en la que los individuos experimentan pérdidas o quiebres de vínculos afectivos por diferentes motivos, y que genera la presentación de distintos signos y síntomas alrededor de lo que implica entender y aceptar la situación, adaptarse al cambio que implica desvincularse de esa relación, y manejar de la manera más saludable las secuelas que puedan afectar el desarrollo de la vida cotidiana. La investigación tiene como objetivo proporcionar información sobre este proceso, las etapas que lo conforman y las diferentes maneras de afrontarlo o expresarlo, teniendo en cuenta que pueden variar según la etapa de la vida, en esta ocasión, haciendo foco en la etapa infantil.

A partir de la información recolectada mediante la consulta de distintas teorías y artículos, se planteó el uso de la arteterapia como técnica de expresión emocional para abordar el manejo de duelo en niños, donde se propuso escenarios de intervención basados en la terapia breve estratégica, con actividades relacionadas a la expresión artística.

Palabras claves: Duelo, Niños, Arteterapia, Pérdidas, Emocional.

Abstract

Grief and the management of its process are phenomena that arise as individuals experience losses or ruptures of affective bonds for various reasons, generating the

manifestation of different signs and symptoms around understanding and accepting the situation, adapting to the change of disengaging from that relationship, and managing the aftermath in the healthiest way possible that may affect the development of daily life. The research aims to provide information on this process, its stages, and different ways of facing or expressing it, considering that they may vary depending on the life stage, in this case, focusing on childhood.

Based on information gathered from consulting various theories and articles, the use of art therapy was proposed as a technique for emotional expression to address grief management in children, with intervention scenarios based on brief strategic therapy, involving activities related to artistic expression.

Keywords: Grief, Children, Art Therapy, Loss, Emotional.

Introducción

La presente investigación/monografía se desarrolló en función de trabajo de opción de grado, cumpliendo con los parámetros del programa de Psicología, perteneciente a la Facultad de Ciencias Humanas y Sociales, de la Corporación Universitaria Minuto de Dios de la ciudad de Bogotá. Atendiendo fenómenos que son comunes dentro del marco de bienestar psicológico de la sociedad, se plantea abordar el tema del manejo de duelo como experiencia universal e inevitable en las etapas de la vida humana, asumiendo, además, las diferencias individuales en términos de las posibilidades de expresión emocional de cada individuo y su abordaje en la etapa infantil.

El objetivo de la investigación consta de brindar información sobre el manejo de duelo en niños, mediante la consulta de las perspectivas existentes alrededor de que entienden los niños por duelo, de qué manera lo experimentan y como lo demuestran, teniendo en

cuenta ciertas manifestaciones que denotan su capacidad de afrontamiento ante situaciones de pérdidas, entendiendo la importancia de fomentar el mantenimiento de la salud mental y emocional del futuro, brindando a las nuevas generaciones una oportunidad para que aprendan y practiquen habilidades de afrontamiento, fortaleciendo redes de apoyo y previniendo riesgos futuros, además, se recogen los factores cognitivos, sociales y culturales que influyen en su comprensión de la situación, para a partir de allí, relacionar los hallazgos teóricos con la arteterapia, técnica que emplea el uso de los recursos artísticos para facilitar la expresión y liberación emocional, permitiendo al niño una experiencia de resignificación más simbólica y didáctica.

La investigación permitió proponer escenarios de intervención basados en la terapia breve de la escuela estratégica, ya que, con sus fundamentos sistémicos, permite abordar la situación trazando objetivos enfocados en el presente, a partir de pequeños cambios significativos.

Justificación

La investigación del duelo y el manejo de su proceso busca aportar al área de psicología clínica impartido en la institución una mirada más informativa y profunda acerca de los factores que se ven involucrados en la temática relacionada al duelo, ya que, impactar el proceso de los psicólogos en formación contribuye a una mejor práctica del ejercicio profesional durante el recorrido académico y sus futuras experiencias. Además, poner a disposición de cualquier lector este tipo de información, permite fomentar el manejo efectivo y saludable del desarrollo emocional y psicológico ante situaciones de pérdidas de vínculos afectivos, duelos anticipados o incluso complicados, así como también, la búsqueda de

estrategias que permitan desarrollar el afrontamiento de la situación con resultados a largo plazo, de manera guiada, acompañada o autónoma.

En esta ocasión, la consulta de la información existente sobre el duelo y el manejo de los niños, implica la relevancia necesaria al apoyo y acompañamiento que requieren en cuanto a la comprensión de la información, el manejo de las emociones y la importancia en la expresión de los pensamientos y sentimientos generados a partir de la situación vivida, entendiendo la posición de los niños frente a esto y así poder darse una idea de cómo deberían manejar el lenguaje, la información y la construcción de la concepción de duelo, los síntomas que genera y los cambios que implica. Entonces, contribuir de alguna manera a la intervención de situaciones de duelo en niños, implica abordar pronta y responsablemente una experiencia difícil de afrontar para ellos, evitando ciertos síntomas que pueden desencadenar estados de ánimos inestables, secuelas en el desarrollo emocional y afectivo que alteren aspectos como el área educativa, las habilidades sociales, las relaciones interpersonales, el riesgo futuro en la resolución de situaciones complejas, entre otros., por ende, desarrollar este tipo de guía acompaña el proceso tanto de niños, como familiares, y sociedad en general, creando comunidades más compasivas y solidarias.

Objetivo General

Proporcionar información sobre el manejo de duelo en niños mediante una guía que propone escenarios de intervención con técnicas de arteterapia, abordando perspectivas existentes sobre factores involucrados en el desarrollo emocional y comprensión ante situaciones de pérdidas.

Objetivos Específicos

- Explorar el estado del arte que aborda el manejo del duelo en niños, identificando su concepción y las diferencias individuales experimentadas según la etapa de desarrollo presente ante situaciones de duelo por pérdidas físicas.
- Sintetizar los hallazgos teóricos en relación con una propuesta de escenarios que permitan el abordaje simbólico y didáctico de los procesos de duelo en niños utilizando recursos artísticos.

Marco Teórico

El ser humano goza de unas características sociales, culturales y afectivas que hacen que el día a día sean instantes y momentos únicos cargados de alegrías, sueños, deseos, familia y buenas amistades, aprendizajes y un sinfín de factores que contribuyen al camino de la vida, al futuro y las posibilidades de avanzar y crecer, sin embargo, se podría decir que la naturaleza misma nos desafía y nos hace padecer el lado negativo de esta realidad, el dolor y la pérdida, las tristezas, las iras, el desapego, el desconsuelo, los recuerdos de momentos que no volverán y la adaptación a cambios que pueden ser significativamente complejos de procesar, pero que siguen haciendo parte de la vida. En este caso, tomaremos al duelo como uno de los fenómenos presentes en ese aspecto, como una situación universal e inevitable en la mayoría de los casos, ya que, se podría afirmar que todos en algún momento de nuestra vida pasamos o pasaremos por un proceso similar, por ende, se tomarán en cuenta sus concepciones, consideraciones y disparidades.

El término de duelo se empieza a relacionar con el dolor psíquico a raíz de publicaciones de Freud y Lacan, citados por Bauab (2021) en su libro “Los tiempos del duelo”, explica como ellos atribuían este término a la melancolía, al líbido y la subjetivación del proceso, donde se establecían distintos momentos que abarcaban desde la pérdida de un

objeto o sujeto amado y el restablecimiento de dicha manifestación. En la actualidad, se entiende por duelo una reacción natural de aflicción como respuesta a alguna pérdida, siendo un “conjunto de representaciones mentales y conductas vinculadas con una pérdida afectiva, cuyo objetivo es aceptar la realidad de la pérdida y adaptarse al nuevo entorno” (de Hoyos, 2015, pg 28); así mismo, tal como lo menciona Meza et. al (2008), es un proceso que desencadena signos y síntomas referentes al dolor y padecimiento de ese vínculo que deja de estar presente, y, elaborar dicho dolor supone el entender, aceptar y desprenderse de ese vínculo de la manera más consciente y saludable posible, sin que afecte algún área que interrumpa la cotidianidad.

Por lo general, nos referimos al duelo cuando se experimenta la pérdida física de algún familiar o ser querido, pero, este puede corresponder a distintos tipos de pérdidas o desvinculaciones afectivas, como una separación o divorcio en relación de pareja, el cambio de algún objeto o lugar de valor significativo, pérdida escolar o laboral, etc., por lo que, Muñoz et. al (2018) lo define como “la pérdida de algún status o rol que implica un arraigo físico y psicológico”. De esa manera, tal como se indica en Flórez (2002) dichas situaciones pueden desencadenar el mismo tipo de respuesta de carácter emocional y depresivo, generando un proceso de adaptación a ese cambio que involucra y afecta distintas perspectivas; aspectos psicológicos, sociales y biológicos se encuentran presentes en las alteraciones fisiológicas que se pueden generar, los distintos tipos de reacción a las situaciones, así como también, la reconstrucción o transición de esa etapa de la vida en la que se presenta.

Al ser una reacción normal ante dicho tipo de situaciones, el duelo no entra dentro de lo que es considerado enfermedad o trastorno, sin embargo, puede requerir asistencia psicológica según su intensidad y duración, ya que, así como lo menciona Flórez (2002), este proceso inicia al momento de ocurrir el hecho por el cual se produjo el duelo o en los meses

siguientes, y suele durar entre seis meses a un año pudiendo retomar su bienestar y cotidianidad en los primeros meses del proceso, pero, algunos síntomas, sentimientos o conductas pueden perdurar durante toda la vida, permitiendo desencadenar un duelo complicado o patológico y a su vez, síntomas de depresión mayor. En esto, juega un papel importante el tipo de afrontamiento que posea la persona, entendiendo que “el proceso de duelo es único y cada persona experimenta un dolor particular y diferente... donde las etapas de dicho proceso pueden presentarse de forma simultánea o solo alguna de ellas por vez” (Muñoz et. al, 2018, pg 17).

Las etapas del proceso de duelo se han presentado desde distintas posturas, sin embargo, sobre la que más se suele manejar son las propuestas por Elisabeth Kübler-Ros (1969, citada en Muñoz et. al, 2018), quien desarrollo un modelo que consta de cinco fases que parten desde la negación, a la rebelión o ira, la negociación, depresión y aceptación. Según lo que mencionan Muñoz et. al (2018) y Miaja y Moral (2013) la fase de negación consiste en la imposibilidad de aceptar la realidad respecto al hecho ocurrido y de esa manera la negación de afrontar tal pérdida o situación, posterior a esa, la fase de rebelión o ira va ligada a una reacción emocional de ira, culpa u hostilidad con las personas involucradas, bien sea médicos, familiares o incluso consigo mismo por tal vez no haber podido evitar la situación. Luego, la negociación la definen como una etapa de pacto o reproche que se puede presentar antes o después de la pérdida, donde se intenta buscar alguna solución de recuperación y afrontamiento, o por lo contrario, se plantean pensamientos de que hubiese pasado si o que hubiesen podido hacer para evitarlo. Así mismo, las fases de depresión y aceptación se caracterizan en primer lugar por síntomas de vacío, dolor, aislamiento ante la pérdida y lo difícil que resulta el hecho de tener que aceptar la realidad con dicha ausencia y, finalmente, la aceptación de esa realidad permite darle un significado a la relación entre la

pérdida y la situación vivida, extinguiendo poco a poco el dolor y retomando la normalidad diaria y el bienestar.

Ahora bien, la duración y la intensidad con la que se vive el proceso puede variar entre las personas debido a distintos factores, según Montoya (2020) se ven implicados aspectos como la personalidad, la circunstancia de la pérdida, el nivel de apego, el concepto de muerte, el nivel de comunicación o expresión con familiares o redes de apoyo y, por supuesto, la edad o la etapa de la vida en la que se encuentra la persona, entre otros; en este caso, este último será uno de los puntos de partida del siguiente documento, teniendo como principal objetivo el proceso de duelo en la etapa infantil.

Entonces, la edad o la etapa de vida en la que se encuentra el doliente puede influir en el manejo que se lleve del proceso de duelo, puede variar entre la niñez, adolescencia o adultez teniendo en cuenta el conocimiento adquirido hasta ese momento de la vida y las herramientas disponibles para superar el hecho, así como lo menciona Montoya (2020). Por lo general, se piensa que los niños están en una etapa en la que no son conscientes de los sucesos y emociones que surgen a su alrededor, así lo refiere Esquerda y Gilart (2015), quienes también indican que esto contribuye a la evitación de conversaciones referentes a pérdidas físicas, fallecimientos y el proceso de duelo, las cuales suelen ser tabúes y escasas de parte de adultos y familiares hacia los niños, según de Hoyos (2015) se piensa que evitar este tipo de tema disminuye de alguna manera el impacto de muerte y resulta siendo un “intento fallido de proteger al hijo del sufrimiento, lo cual impide al menor expresar sus propios sentimientos” (pg. 27).

Para tratar el tema de muerte y duelo en los niños, se hace necesario entender el nivel consciente que poseen con relación a este fenómeno, el cual va evolucionando con su desarrollo cognoscitivo, así Gabaldón (2006) indica que desde el nacimiento el niño no posee

una noción del tiempo que le permita asociar la muerte con algo más que con la ausencia, es por eso que, “antes de los cinco años, el niño cree que todos los objetos tienen las mismas cualidades vitales como el ser humano... y no la ven ni como oposición ni como finalización de la vida... en su pensamiento animístico que inventa cualidades de vida en todo, incluso en cosas inanimadas” (Fleming-Holland, 2008, pg 10). Se dice que hasta los 5 años el niño comienza a diferenciar el paso de los días, la muerte se asocia a la inmovilidad y parece ser un suceso reversible, según Fleming-Holland (2008) se presentan momentos de confusión y surgen preguntas acerca de donde y como la persona sigue viviendo después de la muerte. Hasta los 10 años el niño puede comprender que todo lo que se mueve y cumple determinadas funciones está vivo y lo que no, se integra dentro del concepto de muerte, pero se ve como algo ajeno que sucede sin relación a él mismo.

Es así como el concepto de muerte es abstracto para los niños, y su entendimiento va a depender de como su entorno le presente este tema y las experiencias que hayan tenido con las pérdidas, que, por lo general, suelen estar relacionadas a situaciones de separación, abandono o muerte de los padres o cuidadores; para esto, Montoya (2020) indica que es necesario que el niño comprenda los conceptos de no funcionalidad, permanencia, inevitabilidad, irreversibilidad y universalidad, ya que, carecen de la comprensión de que la muerte es universal e irreversible en todos los seres vivos. Así mismo, se considera que los niños, según su entendimiento y desarrollo, pasan de negar que la muerte es algo que pueda sucederles y que puede evitarse, a creer que es una situación que solo les sucede a personas mayores, hasta reconocer la idea de que es un final inevitable, tal como se expone en Ledesma (2010).

Según el entendimiento de los niños, destacan los factores asociados a su desarrollo cognitivo, conceptos como los mencionados toman forma en el conocimiento del niño mientras explora e interactúa con su entorno y adquiere nuevas experiencias y

aprendizajes, como explica la teoría del constructivismo de Jean Piaget (citado en Saldarriaga et al., 2016), lo que le permite moldear y modificar sus conocimientos previos, interpretando los hechos y eventos de su entorno, generando cambios en cada etapa de desarrollo.

En las dos primeras etapas del desarrollo propuestas por Piaget (citado en Silva y León, 2014), se explica como los niños menores de 5 años basan su conducta y pensamiento en los reflejos, en lo que intentan interpretar como causa-efecto según las experiencias a las que están expuestos, y, es en la segunda etapa, entre los 7 y 12 años donde “el niño es capaz de ver las situaciones bajo distintos puntos de vista, pero aún es incapaz de generar un pensamiento abstracto para comprender lo permanente y absoluto de la muerte” (Silva y León, 2014).

Por eso, para poder contribuir al manejo de duelo en los niños desde ciertas técnicas, debemos entender como el niño vive y expresa las pérdidas, ya que, “A veces, los adultos interpretan las reacciones infantiles como insensibles, dado que el niño no puede mostrar ni congoja ni remordimiento hasta que posee las estructuras cognoscitivas para ordenar memorias del pasado y anticipar su futuro” (Fleming-Holland, 2008, pg 11). En la etapa infantil se suele ver como el niño expresa sus emociones de manera impulsiva, con enojos y otras alteraciones conductuales, pueden tener una culpa excesiva, tienden a estar más ansiosos, retraídos, deprimidos, tienen más dificultades en la escuela y su rendimiento escolar disminuye (Ayers, et al., 2014 citado por Ferow, 2019); dependiendo de la edad en la que se encuentren se van manifestando diferentes tipos de respuesta ante la sesión de abandono, separación o pérdidas afectivas, involucrando dificultad en relaciones sociales y las dinámicas familiares, entendiendo que cada miembro está atravesando su propio dolor y puede llegar a dejarse de lado el acompañamiento que requieren los menores. Como lo refiere de Hoyos (2015), en los primeros años de vida ante situaciones de abandono se pueden presentar actitudes de llantos y apatías al verse amenazado su bienestar y seguridad; entre los

4 y 6 años, donde predomina el pensamiento mágico y la comprensión de la irreversibilidad es limitada, se suelen manifestar a través de conductas de regresión, angustia de separación, negación de la realidad o ambivalencia con sus demás familiares, mediante juegos agresivos o irritabilidad, por ejemplo. En niños de 7 a 12 años, explica que el pensamiento distingue la fantasía de la realidad, como para comprender la muerte, pero no para afrontarla, por ende, pueden presentarse comportamientos agresivos intentando aislarse del dolor, sentimientos de culpa, vulnerabilidad disfrazada de hostilidad y/o adquisición de un rol adulto según sea el caso.

Ahora bien, cuando se trata de que el niño afronte tal vez, su propia muerte, Gala et. Al (2002) explica que en los primeros años de vida se suelen manifestar sensaciones de temor por la muerte debido al posible desamparo de seres queridos, ya que, aun no asumen la pérdida como algo propio y aunque van presentando interés y dudas sobre el tema, el temor va disminuyendo por asociaciones que realizan con el hecho de dormir o trascender, y, a partir de la preadolescencia se evidencia nuevamente temor ante el hecho de morir debido al proceso que implica dolor, sufrimiento y soledad, generando ansiedad y melancolía. Por lo general, las situaciones donde el niño debe afrontar su propia muerte, están mediadas por enfermedades terminales que implican realizar un proceso anticipado de comprensión de la situación, así como de los posibles desenlaces, ya que, como lo menciona Villalba (2015), un proceso de diagnóstico que implica múltiples síntomas físicos, exámenes médicos u hospitalizaciones, pueden generar que el niño sienta irritabilidad, tristeza, inseguridad, miedo al abandono, etc., quien además explica que, como parte de los cuidados paliativos pediátricos para ese tipo de situaciones, es indispensable el apoyo de un adulto capaz de escucharle y explicarle con tacto lo que sucede, que entienda sus emociones, sus temores y que le brinde seguridad en esa etapa final.

Por otro lado, aspectos socio culturales también juegan un papel importante en la construcción del conocimiento de los niños; teniendo en cuenta la teoría sociocultural de Vygotsky (citado en Perinat, 2011), se entiende que el lenguaje, el desarrollo del pensamiento y las capacidades de interpretación de estos están mediados por la interacción social y la cultura en la que están inmersos. De esta manera, la concepción que tengan los niños acerca de los procesos de duelo y muerte van a depender de las relaciones sociales de las que hagan parte, de la información que se le brinde al respecto, de cómo se resuelvan las dudas que se generen al rededor, de la manera de llevar dichos procesos en el contexto en el que son criados, etc., además, se podrían tener en cuenta aspectos como las posibilidades de expresión emocional de los niños desde su rol de género, entendiendo que, “El aspecto emocional de un ser humano hace parte importante para su adaptación al contexto social en el que se desenvuelve” (Gonzalez & Cabrera, 2013, pp 349), y, por lo general, se tienen consideraciones relacionadas al hecho de que se espera que los hombres sean más reservados y reprimidos en la expresión de sus emociones o que las mujeres pueden sentirse más cómodas buscando apoyo emocional de amigos y familiares, mientras que a los hombres se les puede enseñar a enfrentar sus problemas solos, y demás construcciones sociales que dejan de lado el hecho de que independientemente de su género, cualquier individuo puede experimentar y manejar el duelo de manera única, siendo una construcción del conocimiento que se da entre todos los miembros que hacen parte de la situación, tal como Vygotsky consideraba a los niños, “agentes activos en el desarrollo, los cuales contribuyen a la creación de los procesos mentales internos a través de la colaboración con otros en actividades socioculturales significativas” (citado en Mota de Cabrera y Villalobos, 2007, pg. 414).

Por ejemplo, el significado de la muerte o pérdida física de alguien y el proceso de duelo que esto conlleva es diferente en distintos sitios del mundo, según cultura, religión o creencias se desencadenan un sinnúmero de rituales y costumbres al rededor, que permite

sobrellevar la pérdida de manera positiva o dolorosa, es así como lo mencionan Neimeyer et.al (2002), quienes explican como los chinos-americanos suelen vestir de blanco y realizar distintos servicios para honrar al difunto, como lo es el festival Ching Ming o, por el contrario los filipino americanos visten de negro celebrando unas novenas acompañadas de un atang, una ofrenda de comida que en la que se cree los difuntos vuelven para despedirse y a su vez ahuyentan los malos espíritus. También, como es bien conocido, puede llegar a ser un momento de festividad, lleno de ofrendas y decoraciones de colores, como el día de los muertos en México, donde se celebra en familia la vida del ser querido fallecido entre llantos y tristezas, pero honrando su memoria.

Es así como, se vuelve necesario reconocer que el niño sea capaz de entender las situaciones a las que se expone si se realiza una explicación adecuada, honesta y abierta del tema, entiendo que, “la manera en que se resuelvan las experiencias de pérdida en la infancia determinará la capacidad para afrontar nuevas situaciones similares en la edad adulta” (de Hoyos, 2015, pg. 27), ya que, desde una perspectiva adaptativa, las manifestaciones saludables del duelo pueden facilitar un funcionamiento saludable, incluida una conexión reconfortante con el difunto, honrar la memoria del difunto, encontrar significado, comprometerse a vivir una buena vida y actos de servicio, según Alvis et al (2023). Por otro lado, tal como lo refieren Mota de Cabrera y Villalobos (2007), el enfoque de construcción colaborativa permite que la comprensión de los conocimientos adquiridos sea más fácil de tratar a la hora de verbalizarlos o plasmarlos, en este caso, permitiendo que el niño pueda comprender los procesos de duelo, animándolo a expresar sus pensamientos y sentimientos al respecto, se contribuye a que la resolución de dicha situación sea más efectiva.

Entendiendo las etapas del desarrollo mencionadas, y, por ende, las posibles limitaciones en el desarrollo del lenguaje concreto de los niños, se hace necesario emplear mecanismos de comunicación más simbólicos y didácticos para la expresión de sus

pensamientos o sentimientos, tal como lo menciona Martino (2007), quien indica que para poder hablar con el niño hay que adaptar y establecer vías de comunicación verbal y no verbal, proponiendo el uso del dibujo, el juego, el arte o la música como medio para esto. En ese sentido, se tiene en consideración el uso de la arteterapia como técnica para el manejo de duelo en niños, como una forma viable de utilizar las posibilidades expresivas de cada uno de ellos, la cual puede ser utilizada en diferentes contextos, desde el ámbito clínico hasta el escolar, según lo indican Dumas y Aranguren (2013), quienes citan a otros autores como Schmid, Häfelin y Rogers, que hablan de como las actividades artísticas favorecen la autoexpresión, el afrontamiento positivo, el vínculo con otros y con sí mismo, la liberación y aceptación de emociones, entre otros.


La actividad artística, es entonces considerada como un medio para la expresión de habilidades, ideas, pensamientos, sentimientos, etc., fomentando la comunicación, relación e incluso el aprendizaje, permitiendo generar satisfacciones físicas o emocionales, tal como lo indica Eizaguirre & Company (2015), siendo así, la arteterapia, una forma de incluir las artes visuales o plásticas, como la pintura y otras formas de expresión artística como la musicoterapia o la escritura terapéutica, generando una conexión artística, cuyo término empleado por Rogers (1993, citado por Dumas y Aranguren 2013) hace referencia al uso en conjunto de artes expresivas, teniendo en cuenta, que, “el uso de los materiales y técnicas plástico-visuales pueden funcionar como agentes estimuladores, motivadores y de refuerzo para conseguir el cambio de conductas” (López, 2009 citado por Eizaguirre & Company 2015).

De acuerdo al objetivo de esta investigación, se pretende proponer la arteterapia como técnica de intervención para el manejo de duelo en niños de 6 a 10 años, siendo abordada desde un enfoque sistémico, mediante la terapia breve estratégica, la cual rescata que las dificultades pueden generarse a partir de las interpretaciones que se den de alguna situación,

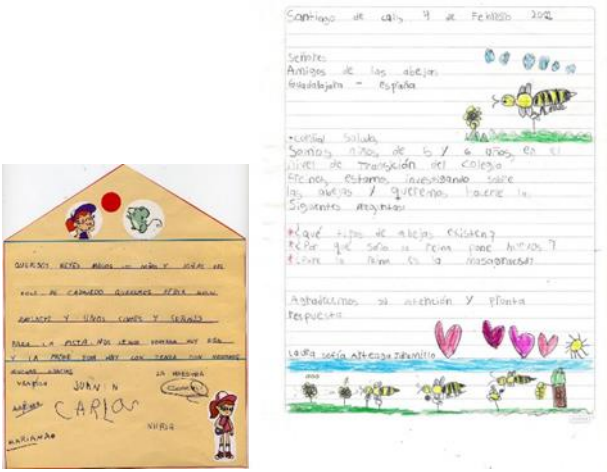
tal como se ha mencionado con respecto a la concepción que pueden tener o no los niños sobre el duelo; ésta, apuesta por realizar pequeños cambios significativos en la comunicación y el comportamiento interactivo, utilizando los síntomas y atribuciones del sentido presente en pro de trazar objetivos hacia una solución que sea perdurable en el tiempo, destacando un incremento de autonomía y autoestima debido a la capacidad de llevar los pequeños cambios a grandes soluciones, según lo referido por Watzlawick y Nardone (1997, citados por Czernikowski, 2019).

Propuesta de intervención: Escenarios

1: RECONOCIENDO			
Objetivo	Identificar mediante el dibujo libre como expresión creativa las emociones presentes.		Proporcionar una alternativa creativa para explorar y comprender las emociones que no se han expresado verbalmente, para su adecuada gestión y posterior aceptación.
Escenas	<p>Escena 1:</p> <p>Inicio de la entrevista, consentimiento informado, habeas data y demás</p>	<p>Escena 2:</p> <p>Apertura al proceso psicoterapéutico e identificación del significado del fenómeno y la</p>	<p>Escena 3:</p> <p>Identificación del contexto, estructura y función de la historia del consultante y de su sistema familiar</p>

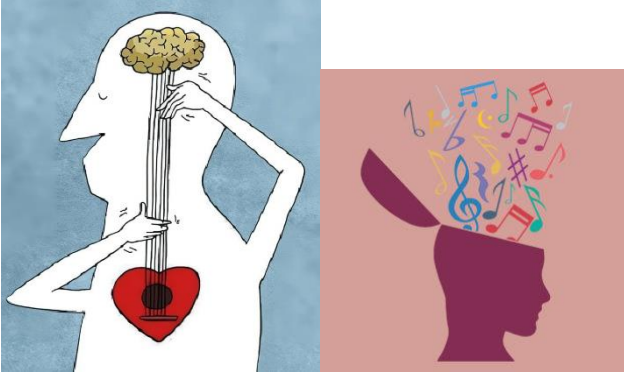
	documentos solicitados para el proceso terapéutico. Motivo de consulta referido	técnica/herramienta a utilizar, generando confianza con el consultante mediante el aprovechamiento de las posibilidades expresivas de las personas.	mediante la intervención de los profesionales Psicólogos.
Estrategias, técnicos e instrumentos	Diálogo conversacional Preguntas (lineales y circulares). Recurso artístico: Dibujo libre		
Actividades	Se programa el encuentro con los participantes, donde se contextualizará el escenario psicoterapéutico desde la confidencialidad, clarificación del motivo de consulta y el abordaje de lo entendido por una pérdida física y su respectivo proceso de duelo. El diálogo conversacional de exploración del fenómeno y enganche terapéutico tiene lugar en 2 momentos, 1 con el consultante y otro con la presencia del sistema familiar, ambos momentos con intervención de los investigadores interventores. La realización del dibujo libre para la identificación y exteriorización de la carga emocional debido a la experiencia de pérdida.		
Participantes	Sistema consultante (familias), investigadores, psicólogos		

2: RECORDANDO

Objetivo	<p>Facilitar el proceso de duelo y la preservación del recuerdo mediante la expresión escrita.</p>	<p>Generar un proceso de comunicación y evocación, poniendo en palabras emociones, sentimientos y recuerdos significativos para el proceso de aceptación de la pérdida.</p>
Escenas	<p>Escena 4:</p> <p>Identificación de las redes de apoyo y recursos del consultante y su sistema familiar, las relaciones emocionales construidas con la persona fallecida, su consciencia ante las emociones generadas por la pérdida y su entendimiento en función a su prospectiva mediante la intervención de los Psicólogos.</p>	<p>Escena 5:</p> <p>Expresión del significado que ha tenido la pérdida en su vida, mediante la identificación de las etapas de duelo que ha presentado y la manera en la que se ha intentado sobrellevarlo.</p>
Estrategias, técnicas e instrumentos	<p>Diálogo conversacional, preguntas reflexivas, recurso artístico: escritura (la carta no enviada)</p>	
Actividades	<p>Mediar la participación del sistema familiar, abordando la historia del consultante, la identificación de la dinámica relacional y los recursos</p>	

	utilizados a la fecha, para la definición de las etapas de duelo experimentadas, así como las consideraciones emocionales y reflexivas de la experiencia, mediante la invitación al uso de la escritura, donde el ejercicio de escribir una carta a la persona fallecida genere una función liberadora y creadora de nuevos significados, como una forma de comunicación con el mundo interno y externo.
Participantes	Sistema consultante (familias), investigadores/ psicólogos

3: RESIGNIFICANDO		
Objetivo	Resignificar el proceso de duelo como un fenómeno que usa la situación actual para fortalecer la capacidad de afrontar situaciones similares en el futuro.	
Escenas	<p>Escena 6:</p> <p>Resignificación de experiencias y recuerdos, mediante la comunicación y expresión del sentir con el sistema del consultante, enfocando la atención en el propósito de la situación como aprovechamiento de cambios a largo plazo.</p>	<p>Escena 7:</p> <p>Narrativa reflexiva sobre la atribución de sentido a la pérdida experimentada, la concepción de un proceso de duelo y los recursos disponibles para su manejo, junto con la retroalimentación del sistema consultante y el sistema consultado.</p>

Estrategias, técnicos e instrumentos	Diálogo conversacional reflexivo Retroalimentación Recurso artístico: música	
Actividades	<p>Tras comprender la historia recogida del consultante y sus vínculos, se emplea la reflexión de la situación y su manejo, modificando la interpretación de la pérdida, atribuyendo propósitos positivos a la experiencia, en términos del autoconocimiento de las emociones y la gestión adecuada de ellas empleando los recursos brindados, para facilitar el entendimiento y aceptación del proceso de duelo. Mediante un recurso didáctico y artístico, teniendo en cuenta la musicoterapia como técnica, se invita a la creación o interpretación de una pieza musical libre, que permita recolectar y expresar los sentimientos y recuerdos positivos de dicho vínculo afectivo perdido.</p>	
Participantes	Sistema consultante (familias), investigadores/Interventores Profesionales de otras áreas: Músico de ser necesario	

Discusión

Las pérdidas físicas, el termino de vínculos afectivos y los duelos, como se mencionó anteriormente, forman parte de las etapas de la vida del ser humano, siendo así una experiencia inevitable, independientemente de factores como la edad, las religiones, las culturas o las creencias, y, el manejo adecuado de estos procesos es fundamental para el

bienestar emocional, que a su vez nos permite desempeñar nuestras actividades diarias con efectividad.

Ahora bien, de acuerdo a experiencias propias y conocidas, la formación académica y la consulta de distintas investigaciones para la realización de este documento, se hizo notable como el duelo es manejado de manera generalizada y algo vaga, ya que, puede pensarse que por ser una experiencia universal, todas las personas lo viven de la misma manera; es aquí cuando se plantea brindarle la relevancia necesaria al hecho de que cada quien experimenta dicha reacción emocional de manera única, pasando por las etapas de duelo planteadas en el orden en el que sus capacidades de afrontamiento les permite, y, sobre todo, entendiendo la situación de acuerdo a su concepción y aprendizaje previo sobre el tema.

Así mismo, mucha de la de información disponible sobre el duelo, viene acompañada de estrategias pensadas y abordadas para una población joven o adulta, pero, teniendo en cuenta lo mencionado, surge la interrogante de cómo se presenta esta experiencia en individuos que no tienen la capacidad de interpretación y abstracción sobre situaciones complejas como un cambio de estado físico, una trascendencia o bien, un proceso de espiritualidad, dependiendo el punto de vista de quienes introduzcan esta información. Entonces, siendo que la muerte o las pérdidas físicas son parte de las etapas de la vida, es indispensable considerar cómo se vive este proceso, entendiendo que puede llegar a ser muy diferente según aspectos cognitivos, sociales o culturales, y del conocimiento obtenido a lo largo del desarrollo.

En la consulta de dichas etapas y sus respectivas experiencias, llama la atención el poco abordaje que hay sobre este tipo de procesos en la etapa infantil y como la información disponible está altamente ligada y limitada a la teoría del apego, siendo que, en realidad, a pesar de creerse que no tienen la suficiente edad o capacidad de entendimiento para tratar

ciertos temas, la dinámica del entorno alrededor de situaciones de duelo puede llegar a ser una situación difícil exteriorizar para un niño, sin embargo, no significa que no la sienta como tal y, así mismo, una situación compleja de ayudar a manejar para sus responsables o cuidadores; es por eso que, indagar más sobre la comprensión que puede tener un niño del tema, su manera de reaccionar y las afecciones que este proceso puede llegar a generar a nivel psicológico y emocional, han permitido plantear su manejo mediante una estrategia más simbólica y didáctica para ellos, como lo es la arteterapia.

La construcción de esta investigación y propuesta contribuyen significativamente al proceso académico desarrollado, en la medida en que permite plantear estrategias innovadoras preparadas para abordar temas principales con una amplia gama de poblaciones, pudiendo adaptar la información existente con perspectivas actuales, adquiriendo habilidades prácticas para apoyar a los actores involucrados, validando las posibilidades de expresión, sensibilizándose con las reacciones o necesidades emocionales y maneras de afrontamiento individuales. Este tipo de documentos fomenta el abordaje de las consultas bibliográficas con mayor profundidad, incitando a ir más allá de lo teórico, permitiendo extraer de la información posibles soluciones y metodologías a implementar para un desarrollo académico más completo.

Así mismo, proveer a la academia de este tipo de investigaciones, contribuye a la construcción de conocimiento colectivo, que pueda generar nuevas líneas de proyectos a formalizar en el campo del desarrollo humano y la psicología infantil, impactando positivamente distintas comunidades en cuanto a prácticas que mejoren el bienestar emocional de las nuevas generaciones, dada la gran accesibilidad de información a la que está expuesta la sociedad infantil actual y la manera en la que esta permea su desarrollo, pensamiento y tendencias conductuales, brindando a los futuros profesionales conocimientos y habilidades más específicas en temáticas indispensables de manejar en el ejercicio

profesional, teniendo en cuenta una visión más amplia que reconoce la complejidad del proceso de duelo en niños, donde actualmente se les proporciona apoyos y espacios seguros de expresión, que incorporan la influencia del entorno familiar y social.

Referencias

Alvis, L., Zhang, N., Sandler, I. N., & Kaplow, J. B. (2023). Developmental manifestations of grief in children and adolescents: Caregivers as key grief facilitators. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 16(2), 447-457.

Bauab, A. (2021). *Los tiempos del duelo*. Letra Viva. [Los tiempos del duelo - Adriana Bauab - Google Libros](#)

Czernikowski, A. P. (2019). Un caso de duelo: oportunidad para el cambio y crecimiento personal desde la terapia breve estratégica (Trabajo Final Integrador). Universidad de Palermo, Argentina.

De Hoyos, M. (2015). ¿Entendemos los adultos el duelo de los niños?/Do adults understand the grief of children?. *Acta Pediátrica Española*, 73(2), 27-32.

Dumas, M., & Aranguren, M. (2013). Beneficios del arteterapia sobre la salud mental. In *V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires.

Esquerda, M & Gilart, C. (2015). El duelo en niños. *Bioética & debat: Tribuna abierta del Institut Borja de Bioética*, (76), 17-21.

Eizaguirre, M & Company, J. (2015). Musicoterapia y arteterapia. Puntos de encuentro en el camino terapéutico/Music therapy and art therapy. Meeting points in the therapeutical path. *Arteterapia*, 10, 165-174.

Ferow, A. (2019). Childhood Grief and Loss. *European Journal of Educational Sciences*, pp 1-13. <http://dx.doi.org/10.19044/ejes.s.v6a1>

Fleming-Holland, A. (2008). Reflexiones sobre la Muerte: el Duelo Infantil y el Suicidio Juvenil. *Psicología Iberoamericana*, 16(1), 8-14.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133915922002>

Flórez, S. (2002). Duelo. *ANALES Sis San Navarra*, 25(3), 77-85.
<https://doi.org/10.23938/ASSN.0843>

Gabaldón, S. (2006). El duelo en el niño. *FMC*, 13(7), 0-348. doi:10.1016/s1134-2072(06)71337-8

González, M & Cabrera, C. (2013). Actitudes hacia los roles sexuales y de género en niños, niñas y adolescentes (NNA). *Plumilla educativa*, 12(2), 339-360.

Gala, F., Lupiani, M., Raja, R., Guillén, C., González, J., Villaverde, M & Alba, I. (2002). Actitudes psicológicas ante la muerte y el duelo: Una revisión conceptual. *Cuadernos de medicina forense*, (30), 39-50.

Ledesma, R., Cabrera, A & Torres, L. (2010). Pérdida y duelo infantil: una visión constructivista narrativa. *Alternativas en Psicología*, 15(23), 58-67.

Martino, R. (2007). El proceso de morir en el niño y en el adolescente. *Pediatr Integral*, XI(10), 926-934.

Meza, E., García, S., Torres, A., Casillo, L., Suárez, S & Martínez, B. (2008). El proceso del duelo. Un mecanismo humano para el manejo de las pérdidas emocionales. *Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas*, 13(1), 28-31.

Miaja, M & Moral, J. (2013). El significado psicológico de las cinco fases del duelo propuestas por Kübler-Ross mediante las redes semánticas naturales. *Psicooncología* (Vol. 10), 109-130.

Montoya, J. (2020). El duelo: guía y orientaciones prácticas. ed. Bogotá: Editorial Paulinas. <https://elibro.net/es/ereader/uniminuto/133359?page=1>.

Mota de Cabrera, C & Villalobos, J. (2007). El aspecto socio-cultural del pensamiento y del lenguaje: visión vygotskyana. *Educere*, 11(38), 411-418.

Muñoz, A., Martín, R & Ahlers, I. (2018). Duelo: proceso privado y social. Ed. Santiago de Chile: Editorial Segismundo.
<https://elibro.net/es/ereader/uniminuto/116888?page=1>

Neimeyer, R., Prigerson, H & Torras, A. (2002). Duelo y significado. *Revista de Psicoterapia*, 13(49), 5-24.

Perinat, A., (2011). La propuesta socio-cultural de Vygotsky como alternativa a la vía del desarrollo biológico-madurativo y a la corriente «espiritualista». *Psychologia. Avances de la disciplina*, 5(2), 137-145.

Saldarriaga, P., Bravo, G & Loor, M. (2016). La teoría constructivista de Jean Piaget y su significación para la pedagogía contemporánea. *Dominio de las Ciencias*, 2(3), 127-137.

Silva, A & León, R. (2014). Análisis del concepto de muerte o pérdida en niños de la calle y en niños que viven con sus familias. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 17(2), 667-694.

Villalba, J. (2015). Afrontamiento de la muerte de un niño: los cuidados pediátricos paliativos desde la Atención Primaria. *Pediatría Atención Primaria*, 17(66), 171-183.

<https://dx.doi.org/10.4321/S1139-76322015000300022>