

Universidad Autónoma Metropolitana

Unidad Iztapalapa

División de Ciencias Sociales y Humanidades

Departamento de Sociología

Coordinación de Psicología Social

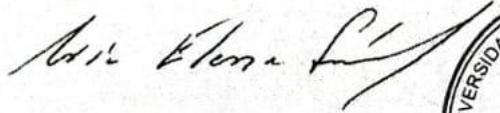
“Pérdida y duelo en la infancia”

Informe de Práctica Profesional que presenta:

González Landa Yazmín, 2213011899

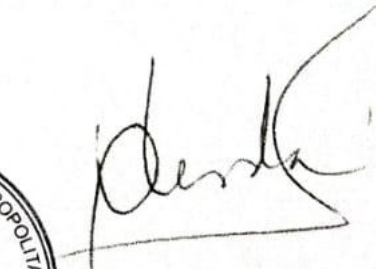
Para obtener el Título de Licenciada en Psicología Social

Asesores



Dra. María Elena Sánchez Azuara





Mtro. Oscar Rodríguez Cerda

Iztapalapa, Ciudad de México, agosto de 2025

Índice

Introducción.....	1
Planteamiento del problema.....	2
Estado del arte	3
Justificación	9
Objetivos	10
Objetivo general.....	10
Objetivos específicos.....	10
Escenario	10
Población	10
Marco teórico-conceptual	11
¿Qué es la infancia?	11
Representación social actual del niño	14
¿Qué es el duelo y la perdida?	15
Importancia de la resiliencia en la perdida y el duelo	17
Duelo infantil.....	18
Metodología.....	22
Psicodrama	22
Psicología funcional del si	23
Actividades: Psicodrama “juego”	25
Experiencias básicas principales:.....	25
Juegos posibles:	25
Categoría de análisis	26
Estructura del protocolo de sesiones.....	26
Presentación de resultados	27
Introducción	27
Intervención	28
Análisis de resultados.....	54
Informe de satisfacción personal.....	59
Conclusiones	60
Referencias	61
Anexos	63

Introducción

Para poder comprender el proceso de “duelo”, es importante conocer el campo que la estudia, siendo esta la tanatología. La tanatología, en primera instancia, es una disciplina interdisciplinaria que estudia la muerte y su proceso de duelo, así como también los fenómenos relacionados con ella. Sin embargo, actualmente la “pérdida” y el “duelo” no solo se manifiestan por el fallecimiento de un ser querido como lo era de un principio el objeto de estudio de la tanatología, estos procesos se presentan en otras situaciones de la vida cotidiana, como es la separación de pareja, pérdida material y la pérdida de un miembro del cuerpo, etc. Siendo importante ver cómo estos fenómenos se viven y perciben desde la infancia, teniendo como estigma que los “niños” no lo comprenden, pero sin embargo lo sienten, lo viven. Se minimizan sus emociones, teniendo como consecuencia que este proceso de duelo no se pueda vivir de manera plena, provocando alteraciones en el proceso de socialización y en ciertas ocasiones llegar a la somatización. Así mismo, la pérdida y el duelo tienen gran impacto en la sociedad actual por los diversos fenómenos psicosociales suscitados en los últimos años, por ello considero este proceso de gran preocupación, necesario abordar y conocer, de igual manera, ofrecer más apoyo en la difusión de lo que es y cómo poder trabajarlo en familia, adultos, jóvenes, adolescentes y niños. Para darle pie a dicha investigación, empezaré con responder las siguientes preguntas: ¿Qué me motivó a realizar este trabajo? Considero que todos pasamos por la etapa de la “niñez”, y a lo largo de nuestra vida hemos experimentado pérdidas y duelos de diferentes tipos, sin embargo, no se da el reconocimiento y la importancia de lo que puede provocar estos procesos, siendo mi motivación el poder darles herramientas de resiliencia a los infantes, así como dar a conocer socialmente que este proceso se vive en todas las edades y deben ser validadas.

Planteamiento del problema

Las pérdidas como los duelos son parte de la vida cotidiana, sin embargo, aunque este proceso psicosocial sea común en la sociedad no se le da la relevancia que merece y menos en la infancia, este proceso se vuelve irrelevante en el desarrollo infantil. Teniendo una representación social del niño delimitada, causando así la estigmatización del infante en procesos de pérdida y duelo.

- ¿Cómo percibe la pérdida y el duelo el niño?
- ¿La pérdida y el duelo es la misma para todos?
- ¿Cómo se aborda y se interviene en esta problemática de las pérdidas y duelos en la infancia?

Estado del arte

Algunos trabajos realizados para abordar el duelo infantil han sido diversos entre ellos artículos científicos, talleres, estrategias, y trabajos de grados para poder abordar este fenómeno social.

Como elaborar las pérdidas de la infancia: una propuesta didáctica para abordar el duelo en niños de 3-6 años.

Universidad internacional de la Rioja, Facultad de educación.

Trabajo final de grado para maestro en educación infantil realizado por Aïda Espelt Salazar, elaborado el 15 de febrero del 2015 en España, línea de investigación; propuesta didáctica. Teniendo como como objetivos los siguientes:

El objetivo general de la investigación es:

- Diseñar actividades dirigidas a superar la perdida de algún ser querido en niños y niñas de 3 y 6 años.

Los objetivos específicos:

- Llevar a cabo una investigación sobre el duelo entre los niños.
- Determinar cuáles son las distintas etapas del duelo infantil.
- Diseñar un conjunto de actividades.

Esta investigación realizada por Aïda Espelt Salazar solo proporciona técnicas de abordaje para la perdida y duelo infantil, rescatando trabajos realizados y dando como explicación que los duelos en la infancia se viven de manera distinta dependiendo de la edad, sin embargo no se lleva a la práctica quedándose solo en una investigación de información y no de intervención, así por ello los resultados obtenidos se resume en una conclusión de que es y cómo se aborda el duelo infantil teóricamente.

Si se quiere saber más acerca del trabajo está en la siguiente liga:

https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2847/Aida_Spelt_Salazar.pdf

El duelo en los niños (la pérdida del padre/madre)

Trabajo de investigación elaborado por Amalio Ordoñez Gallego y Antonia Lacasta Reverte, servicio de Oncología Médica y psicología clínica, se publicó el 12 de noviembre del 2008, España.

De igual manera esta investigación solo aborda los siguientes puntos; características del duelo en niños y adolescentes, manifestaciones, factores de riesgo y estrategias para el abordaje del duelo.

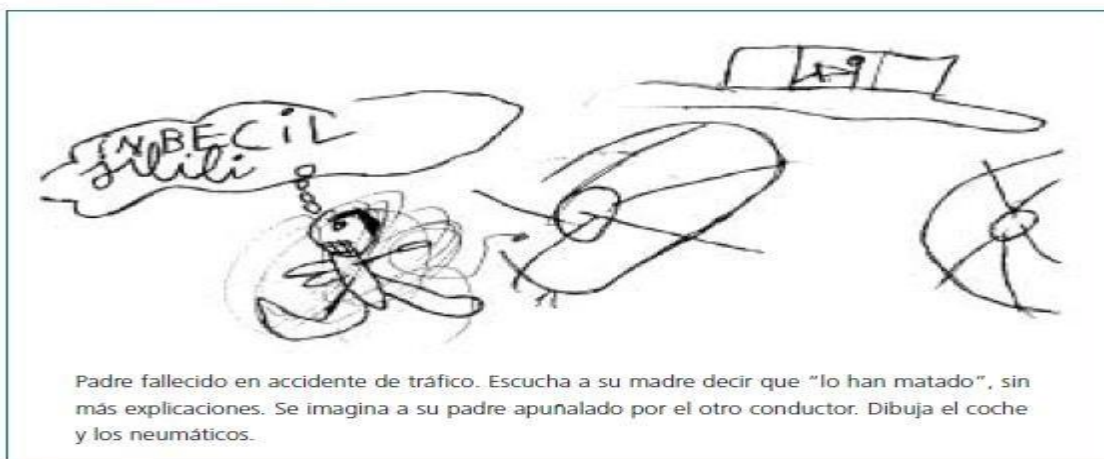
Retomando las siguientes imágenes con dicha descripción: “El concepto de muerte es abstracto y complejo y la forma de abordarlo va a depender de muchos factores: edad, educación, aspectos emocionales, creencias religiosas, etc.

(Figuras 1, 2 y 3)”.



Ordóñez y Lacasta, 2008

Figura 2. M.S.E.- 4 años.



Ordóñez y Lacasta, 2008

Figura 3. E.G.R.- 6 años.



Ordóñez y Lacasta, 2008

Siendo esto solamente como evidencia de comparación del cómo se vive el duelo de manera diferente, así mismo, retomando las siguientes tablas.

Tabla 1. Respuestas en niños de 2 a 5 años.

1. Perplejidad y confusión. Buscan a la persona fallecida.
2. Regresión. No se apartan del progenitor superviviente, se quejan, se orinan, se chupan el dedo...
3. Ambivalencia. Se alternan fases de preguntas y expresión emocional con fases de indiferencia y silencio.
4. Irritabilidad y rabia por haber sido abandonados.
5. Miedo a que también les abandone el otro progenitor (¿Quién me va a cuidar?).
6. Vínculos afectivos con alguien que se parezca al fallecido.

Ordóñez y Lacasta, 2008

Tabla 2. Respuestas en niños de 6 a 9 años.

1. Negación de lo ocurrido. Pueden aparentar indiferencia como un mecanismo de defensa.
2. Idealización de la persona fallecida, lo que permite una relación imaginaria.
3. Culpabilidad, sobre todo, si no pueden expresar la tristeza que sienten.
4. Miedo y vulnerabilidad, que pueden llevar a una cierta agresividad con las personas del entorno.
5. Asunción del papel del fallecido, como el cuidado de los hermanos pequeños.

Ordóñez y Lacasta, 2008

Citando tal cual lo dicho respecto a las tablas: “En las tablas I y II se expresan las respuestas más frecuentes en los niños (2). Los trastornos psicológicos son semejantes a los que ocurren en el duelo de los adultos, quizás con mayor ansiedad en los niños y mayores cambios en sus circunstancias vitales (cambio de domicilio, de colegio, etc). Tres diferencias con el duelo de los adultos podrían ser: 1. Los niños utilizan más la negación, 2. Mantienen con mayor facilidad la capacidad de disfrutar con situaciones agradables y 3. No pierden la autoestima. En realidad, cuanto menor es el niño, menos posibilidades hay de que el duelo se parezca al de un adulto”.

La conclusión de este trabajo solo llega a lo teórico sin evidencia de práctica, siendo de manera generalizada lo proporcionado respecto a los “posibles” resultados a obtener referente a este fenómeno psicosocial. Así de igual manera solo usando 3 dibujos para dar afirmación de dicha investigación.

Si se quiere saber más acerca del trabajo está en la siguiente liga:

<https://seom.org/seomcms/images/stories/recursos/sociosyprofs/documentacion/manuales/duelo/duelo11.pdf>

Pérdida y duelo infantil: una visión constructivista narrativa

Este artículo científico publicado por Rosa Isabel García Ledesma, Adrián Mellado Cabrera y Lilia Santillán Torres, en el 2010, miembros de la UNAM, Fes Iztacalco. Se basa en una investigación bibliográfica acerca del proceso de pérdida y duelo infantil bajo la mirada del constructivismo narrativo, y enfatiza las construcciones del concepto de muerte, ausencia, ambivalencia o ambigüedad, así como sus posibles implicaciones en la vida del niño. Retomando diversos trabajos realizados al respecto como las perspectivas de esta, sin embargo, de igual manera se queda en lo teórico y no va a la práctica.

Si se quiere saber más acerca del trabajo está en la siguiente liga:

https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-339X2010000100007

¿Entendemos los adultos el duelo de los niños?

Artículo elaborado por M.C. de Hoyos López, médico especialista en pediatría y áreas específicas, en mayo del 2015, España.

Este artículo solo da a conocer de manera general que es el duelo, el manifiesto del duelo en los niños, tipos de duelo, resolución del duelo y ayuda al niño para afrontar el duelo. Siendo solo de carácter informativo y no de intervención, dando solo herramientas de posible aplicación.

Si se quiere saber más acerca del trabajo está en la siguiente liga:

<https://actapediatrica.com/images/pdf/Volumen-73---Numero-2---Febrero-2015.pdf#page=7>

La muerte y los niños

Artículo de revista elaborado por Cristian Zañartu S (Interno de Medicina), Christiane Krämer k. (Psicóloga) y María Angélica Wietstruck P (Hemato-Oncólogo Pediatra), elaborado en agosto del 2008, Chile.

Citando lo siguiente “El presente artículo pretende lograr un acercamiento más sano a aquel escenario que reúne a la muerte y al paciente pediátrico, y entregar las mínimas herramientas a médicos, padres y a los mismos niños, para vivir estas experiencias de mejor manera”. De igual manera como lo anteriormente revisado este artículo solo da herramienta como conceptos del duelo infantil y recabando información de trabajos realizados anteriormente, no llegando a la intervención.

Si se quiere saber más acerca del trabajo está en la siguiente liga:

https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-41062008000400007

La resiliencia y el duelo en la infancia: una propuesta de intervención educativa

Trabajo elaborado por Elva Ruíz Corro en octubre del 2018 para la obtención del grado “máster universitario en investigación e innovación en contextos educativos”. España.

“En el presente Trabajo Fin de Máster se analizan dos constructos distintos, duelo y resiliencia, con la finalidad de elaborar una propuesta de intervención educativa sobre el duelo para las etapas de Educación Infantil y Primaria. En este sentido, se muestra la potencialidad que posee la escuela para favorecer y desarrollar las capacidades resilientes del alumnado. Finalmente, se realiza una reflexión sobre la resiliencia como factor protector ante la adversidad, el dolor y el sufrimiento provocado por la pérdida”. De igual manera este trabajo solo proporciona técnicas posibles para la aplicación en los niños durante este proceso psicosocial, así como la superación y confrontación mediante la resiliencia, sin embargo, no se lleva a la práctica.

Si se quiere saber más acerca del trabajo está en la siguiente liga:

<https://repositorio.unican.es/xmlui/handle/10902/15381>

Análisis de las representaciones sociales de los conceptos duelo y muerte, presentes en la novela de literatura infantil “el sol de los venados” de gloria Cecilia Díaz

Trabajo de investigación elaborado Cindy Mayerly Monsalve Guerrero en el año 2023, para la obtención a título de “licenciado en psicología y pedagogía”. Bogotá.

“Este trabajo pretende visibilizar cómo se representan los conceptos de duelo y muerte, y cómo estos se hacen presentes en la vida humana. Llama la atención que este tema aún está marginado de discusión por las significaciones que cada uno ha construido frente a ellos, al considerarse tabú, y que esta pueda deberse a la transmisión cultural dada por los imaginarios y representaciones sociales, que se construyen por la experiencia. Preguntar por el duelo y la muerte a la infancia, supone un estado de alerta al considerarse un tema álgido, y para el cual los niños son ajenos o en su defecto, carentes de sentido frente a estos acontecimientos.” El trabajo solo se enfoca en analizar la muerte, la infancia, el duelo y las representaciones sociales respecto a la información ya establecida sin realizar intervención en campo.

Si se quiere saber más acerca del trabajo está en la siguiente liga:

<http://upnblib.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/19148/Representaciones%20sociales%20del%20duelo%20y%20muerte.pdf?sequence=1>

Justificación

En base a la investigación y recolección de los trabajos realizados sobre la “perdida y duelo infantil”, se observó que dichos trabajos de investigación solo nos proporcionan información general sobre ¿Que es el duelo? y ¿Qué es el duelo infantil?, tomando los como dos puntos diferentes, en estos trabajos mencionan posibles técnicas que se pueden utilizar para abordar este proceso de duelo en los infantes, categorizando su uso referente a las etapas del desarrollo del niño y las “posibles” reacciones que se pueden presentar ante la vivencia de esta situación en el infante , sin embargo, solo se queda hasta ese punto, sin llegar a la práctica para poder justificar si realmente estas técnicas que se sugieren son funcionales para todos y qué resultados se pueden obtener, por el cual este trabajo de investigación e intervención tiene el objetivo y propósito de llevarlo a la práctica, considerando que la infancia es una de las etapas más importantes del desarrollo humano por el cual se retomara la metodología de Jacob Levy Moreno llamado “psicodrama”, siendo una herramienta apropiada para abordar la perdida y el duelo en la infancia de manera satisfactoria mediante el juego. Así mismo poder dar una amplia visión de lo que realmente el infante vive en el duelo y reconocer la importancia de sus emociones, dejar de un lado aquellos estigmas que se tienen sobre los niños, mencionando algunas que son: “Es que es un niño, ¿qué va a saber?”, “Tú no has perdido nada, yo sí”, “No entiende la situación”, “Es un niño, no conoce nada”, etc. Siendo estas posiblemente erróneas, por lo cual considero oportuno trabajar con población infantil para brindarles herramientas que favorezcan su resiliencia y, a su vez, reconocer sus experiencias ante las pérdidas y procesos de duelo. Poder darle a la sociedad una nueva perspectiva sobre que es la infancia y crear una empatía mutua, que estos procesos no son ajenos o exclusivos de un solo grupo, sino que son parte de nuestra colectividad.

Objetivos

Objetivo general

- Fundamentar y visualizar los procesos de duelo y pérdida en las infancias frente al estigma social del niño, considerando que el infante no vive estos procesos.

Objetivos específicos

- Intervención en población infantil con el propósito de que el infante adquiriera herramientas resilientes que le permitan poder afrontar procesos de pérdida y duelo.

Escenario

Al acercarse al “Colegio infantil Wippo” se me recibió con respeto y amabilidad, se pudo dialogar amablemente y ambos lados estuvo de acuerdo en todo momento a la solicitud, poniendo como prioridad las necesidades e integridad de los niños.

Población

Institución: Colegio infantil WIPPO

Población: Niños y Niñas

Edades: 4 a 5 años

Marco teórico-conceptual

¿Qué es la infancia?

Es una fase crucial en el crecimiento de los niños, que abarca diferentes aspectos, tales como el desarrollo biológico, psicológico, cultural y social. Además, es en este periodo cuando se forma la personalidad y las interacciones sociales de los niños, siendo la familia un referente importante en esta etapa de la vida. La etapa de la infancia es un constructo social que, aunque en la actualidad tenga una repercusión dentro de los ámbitos tanto sociales como culturales, su consideración como tal ha supuesto un fenómeno histórico tanto en la teoría como en las prácticas sociales (Gaitán, 2006). En la antigüedad, el ser humano pasaba de ser un bebé a ser una persona adulta, sin etapas de por medio. No existía una representación como tal de la infancia, y mucho menos de la adolescencia. Como consecuencia de todo ello, el aprendizaje social consistía en una mera observación del comportamiento de las personas adultas del entorno. Es en la infancia donde se gesta el futuro del individuo durante todas las etapas de la vida y la importancia que tiene está para determinar la estructura de personalidad del ser humano, destacándose que la gran mayoría de los procesos psíquicos tienen su origen en la infancia, así como todos los eventos traumáticos que son vividos en esta etapa por el sujeto son muchas veces detonantes de trastornos psicológicos en la adultez. La infancia, en este sentido, es una dimensión en la que se está siendo en un tiempo lógico, donde lo íntimo y lo externo tienen una función paradójica.

Para Jacob Levy Moreno, lo que menciona sobre el desarrollo infantil es lo siguiente: empezando desde el nacimiento como la etapa de mayor espontaneidad, experimenta este acto compartido con la madre; así, al nacer, el niño enfrenta una situación completamente nueva. Apareciendo la matriz de identidad, siendo el grupo social en el que se implanta el recién nacido, constituye su matriz de identidad; de él depende para la satisfacción de sus necesidades fisiológicas, psíquicas y sociales, por lo cual en este grupo se constituye su átomo cultural; en él se transmite la herencia cultural y se prepara para la integración social. Así, de igual manera es importante para el niño que mamá, quien es su cuidador principal (yo auxiliar), esté con él durante este proceso para satisfacer las necesidades de manera adecuada. Para Moreno, el niño posee una identidad del acto, no lo comprende, por lo que para él no tiene ni un sentido de concepto como regresión o inconsciente. El niño en primer

momento experimenta lo que lo rodea como una cosa múltiple (la matriz de identidad) y no distingue entre la proximidad y lejanía; sin embargo, poco a poco comienza a distinguir la cercanía o lejanía, siendo este el primer reflejo social que indica la emergencia del factor tele y constituye las pautas posteriores de atracción y repulsión.¹ Cuando comienza el segundo universo del niño, la identidad queda en dos conjuntos de procesos, uno hacia actos reales y otro hacia actos de fantasía; el factor espontaneidad puede permitir el paso de uno a otro y con ello facilita el dominio de la situación. De la brecha de la realidad y de la fantasía surgen nuevos conjuntos de roles. Por lo tanto, son 3 etapas las que resalta Moreno respecto al desarrollo del niño: la primera en la cual se encuentra la identidad, la segunda en donde reconoce su yo y la tercera en la cual reconoce al otro. El reconocimiento del “yo” para Moreno es que, una vez que la identidad del niño empieza a construirse, el cuidador principal, o bien también conocido como auxiliar primario, procura reflejar esto de manera automática para que el infante lo observe mediante la conducta del “espejamiento”.

En la teoría psicoanalítica de Sigmund Freud y como también menciona Levy Moreno, en la primera etapa de vida del infante, se establece entre la madre y el hijo una relación en el que ambos se transmiten a través de la mirada y del contacto de la piel el conocimiento de la existencia del otro, llegando a un estado de coordinación en el vínculo y este proporciona una gran satisfacción mutua. Si esta coordinación no se da, el niño lo registra como una gran frustración, que tendrá peso en su vida de relación. Freud (1905/1986) menciona que el motivo principal de la vida, manifestado desde nuestra más tierna infancia, es la búsqueda del placer. El niño busca aquello que le resulta agradable y evita aquello que le resulta doloroso.

Moreno considera que la relación de mente y cuerpo es fundamental en el desarrollo del niño. Por lo tanto, para poder romper con las concepciones basadas en la dicotomía mente-cuerpo, considero importante retomar las aportaciones de Rispoli, quien desarrolla la psicología funcional del sí, teniendo como objetivo comprender la integración de los procesos psicocorporales desde los primeros años de la vida humana. Si miramos las experiencias básicas y las diferentes funciones, podemos comprender el funcionamiento de fondo de los seres humanos, recordemos que para los niños en la actualidad, no existe solo el drama

¹ J. L. Moreno, psicodrama.

impresionante de la prostitución, de la pedofilia, del trabajo infantil, de los maltratos físicos, sino que todavía hasta hoy está presente el hecho de no acoger las necesidades fundamentales, de no dar suficiente protección durante el delicado periodo del desarrollo, de atravesar en forma no plena ni positiva las experiencias básicas, por el cual es importante que estas se vivan de manera plena y adecuada, si esto no se cumple pueden existir alteraciones en el desarrollo del niño e integración en la sociedad, por ello la infancia como ya antes mencionado es la etapa más importante del desarrollo humano y como se viva afecta en la vida adulta, retomando que para Rispoli somos un todo integrado, lo psicológico, físico como biológico no está separado del otro, sino que se constituye de uno mismo y estas están en función del otro. Por lo cual es importante la consideración de las emociones y experiencias vividas por el niño y darle la importancia que debe tener, como el mejor manejo de esta etapa, ya que, si no existe protección suficiente y atención a las necesidades fundamentales, se formarán peligrosas alteraciones del núcleo profundo del sí: dificultades de autoestima, dificultad de adaptación y problemas de seguridad personal. La supervivencia del recién nacido difiere de lo que ocurría en él "período prenatal" siendo este el periodo donde se desarrolla el feto, así como la madre experimenta cambios emocionales y físico, el periodo prenatal se divide en 3 etapas; Etapa germinal, etapa embrionaria y etapa fetal. Existe la capacidad del niño para organizar sus funciones de forma unitaria, adaptándolas a la variabilidad de los acontecimientos. Cuando el niño se ve obligado a asegurarse por sí solo y demasiado precozmente la supervivencia, a ocuparse demasiado pronto de sí mismo y a afrontar sin protección las dificultades de la vida, se crea un miedo obsesivo. Las experiencias básicas del "yo" son las que pueden considerarse esenciales, indispensables para el desarrollo de la personalidad, siendo experiencias fundamentales para la existencia, que cada individuo vive a lo largo de su vida, a lo largo de la primera infancia, a veces de forma insuficiente y carente. Si se lacera la continuidad de las experiencias positivas, el niño vivirá cada cosa como precaria, peligrosa, angustiosa; para él no habrá nunca certeza de que la vida comporta alegría y bienestar.²

² Luciano Rispoli, Psicología funcional del sí.

Otro fenómeno que se encuentra muy presente en el desarrollo del niño es el apego, en especial a la madre o al cuidador principal. Mary Ainsworth identifica 3 tipos de apego basándose de John Bowlby:

- Apego seguro: siendo este donde el niño es autónomo, capaces de explorar el ambiente, las madres son calificadas como sensibles y responsivas.
- Apego inseguro evitativo: el niño es excesivamente independiente, sin problemas de exploración del ambiente, madres relativamente insensibles.
- Apego inseguro ansioso ambivalente: los niños responden la separación con angustia intensa.

Por lo tanto, es importante que el infante genere en su preferencia un apego seguro; sin embargo, el apego inseguro se ha descrito en mayor parte en la relación madre e hijo. Si esta relación no se cumple de la mejor manera, como menciona Moreno y Rispoli, los niños no se sientan aceptados, escuchados o contenidos, llevando la alteración de su relación social.

Representación social actual del niño

Valerie Walkerdine, psicóloga y educadora británica, ha realizado diversos trabajos respecto a las “infancias”, en primera instancia observa que: “la infancia no existía de la misma manera para todos, y que las concepciones de infancia de los trabajadores no eran las mismas que las de los aristócratas. El tema es que no debemos pensar solo en los cambios históricos, sino también en los cambios culturales actuales; por ejemplo, en las disparidades entre regiones.” Dando como argumento que la infancia es una construcción social y este es cambiante de acuerdo con el contexto cultural e histórico, de igual manera Valerie sostiene que las construcciones sociales dominantes de los niños son los siguientes; son inocentes, vulnerables y dependientes. (Walkerdine, s.f)

¿Qué es el duelo y la pérdida?

Considerando que el duelo es un proceso psicológico y social al que se enfrentan los individuos día con día, tras la pérdida de cualquier objeto, familiar, pareja o incluso la pérdida de un miembro del cuerpo, sin embargo, este proceso se vive de diferente manera e intensidad, dependiendo de qué tan fuerte hubiese sido el vínculo con lo perdido. La muerte es universal y nadie escapa de ella; sin embargo, cada cultura la vive y la asume de diferente forma. Puede sobrevenir de manera repentina o gradual, es decir, su llegada puede preverse o ser en un momento determinado. Rosa Vargas (2003) menciona que "la forma en que los seres humanos expresamos el duelo está estrechamente relacionada con la cultura a la que pertenecemos (vestirse de negro), a las situaciones que rodean dicha pérdida, a la edad de la persona que fallece y si dicha muerte fue anticipada (en personas enfermas) o repentina (las muertes violentas)". Existen diversas teorías respecto a las que el individuo pasa al presentar una situación de pérdida y duelo; sin embargo, Sigmund Freud fue uno de los primeros en elaborar una teoría de duelo clara y sólida a la que llamó "Duelo y melancolía". Afirmaba que el sufrimiento de la persona en duelo es debido a su apego interno con la persona fallecida, que el objetivo del duelo es separar estos sentimientos y apegos del objeto perdido, siendo como resultado de un proceso de duelo que el Yo queda liberado de sus antiguos apegos y disponible para vincularse de nuevo con otra persona viva. Por lo cual, la elaboración del duelo está determinada no solo por las emociones, sino también por el contexto relacional y los significados únicos del doliente, los que tienen que ser reconstruidos después de la pérdida. Por otro lado, el trabajo psicológico del duelo es un proceso complejo, que implica deshacer los lazos contraídos con el ser querido para enfrentarse al dolor de la pérdida. En el duelo, la pérdida es real, o sea, que se pierde un objeto del mundo externo y se sabe cuál es. Existen muchas dudas sobre este proceso, en especial la siguiente: "¿El duelo es patológico y no resuelto?". El duelo, según Julia Pascual, puede convertirse en patológico cuando, después de un tiempo, la persona sigue presentando los mismos síntomas, siendo común que, si no se llevaba de manera adecuada, este proceso. El duelo puede causar secuelas emocionales e incluso trastornos psicopatológicos. Un tema importante son los duelos en los niños: saber afrontarlos, hablarlos, no minimizarlos ni negarlos, porque la manera en que se enfrenten en sus primeros duelos les ayudará a crear esas capacidades futuras. No estamos

acostumbrados al trastorno emocional que acompaña a una pérdida; la gente experimenta toda una serie de sentimientos tras una pérdida, desde no importarle a encontrarse al borde de un ataque de ira o sentirse triste por todo. Podemos pasar de sentirnos bien a hundirnos en cuestión de un minuto y sin aviso previo. Podemos sufrir cambios de humor difíciles de comprender para quienes nos rodean, porque ni siquiera los entendemos nosotros. En un momento estamos bien y, al siguiente, rompemos a llorar. Así funciona el duelo: podemos tocar el dolor directamente durante un momento, hasta que tenemos que alejarnos de él. Pensamos en el trabajo, nos distraemos durante un rato con cualquier cosa, procesamos los sentimientos y volvemos a por más. Si no nos acercáramos y alejáramos del dolor, nunca podríamos tener la fuerza para encontrar paz en nuestra pérdida. (Kessler, 2005)

La psiquiatra suiza Elisabeth Kübler-Ross identificó 5 estadios del proceso de duelo, siendo estos de mayor a menor grado. Aunque sirve de referencia, cabe recalcar que existen variaciones en los individuos y este proceso se puede vivir de manera distinta. Los estadios son los siguientes:

- **Negación:** reacción que se produce comúnmente después de una pérdida, se puede manifestar con expresiones tales como: “aún no me creo que sea verdad” e incluso con actitudes de aparente “entereza emocional” o de actuar “como si no hubiera pasado nada”.
- **Ira:** en su mayoría, el primer contacto con las emociones tras la negación puede ser en forma de ira, se activan sentimientos de impotencia y frustración, sin embargo, algunas personas que viven esta fase tienden a quedarse en esta, por lo cual les impide avanzar.
- **Negociación:** se comienza a contactar con la realidad de la pérdida, al tiempo que se empiezan a explorar qué cosas hacer para revertir la situación.

Depresión: A medida que avanza el proceso de duelo y se asume la realidad de la pérdida, se comienza a manifestar emocionalmente la ausencia en diversos modos: pena, nostalgia, tendencia al aislamiento social y pérdida de interés por lo cotidiano, etc.

- **Aceptación:** Supone la llegada de un estado de calma asociado a la comprensión, no sólo racional sino también emocional, de que la muerte y otras pérdidas son fenómenos inherentes a la vida humana.

El duelo desencadenará respuestas de tipo emocional y comportamental, de tal forma que genera un proceso que se prolongará el tiempo necesario para elaborar la falta; estar en duelo supondrá localizarla en uno mismo, saber qué se nos ha perdido a través de la falta que ha devenido para poder aceptar la pérdida y no renegarla. Robert Neimeyer, psicólogo de la Universidad de Memphis, en su enfoque constructivista, nos explica que la tragedia de la vida humana es estar orientados al apego en un mundo que no es permanente; nos invita a vivir reconociendo la muerte como una realidad más allá de la ilusión de una vida infinita. “Debemos trabajar la historia de nuestras vidas con la muerte incluida”. R. Neimeyer.

Importancia de la resiliencia en la perdida y el duelo

La resiliencia permite que los individuos puedan adaptarse a situaciones difíciles, sin embargo, no es una herramienta con la que se nazca, sino que esta se adquiere a lo largo de la vida mediante las experiencias cotidianas. A pesar de que la resiliencia se podría considerar como algo subjetivo existen estrategias que pueden ayudar a que el individuo las “adquiera”, es fundamental contemplar que la primera institución (familia) es quien debe proporcionar estas herramientas de manera asertiva, el psicodrama de Moreno puede ayudar con la formación de personas resilientes esto en base a las experiencias básicas propuestas por Rispoli, cuando estas experiencias básicas se viven de la mejor manera el individuo puede ser espontaneo y por ende resiliente. La resiliencia en la perdida y el duelo es fundamental para poder afrontar, aceptar, adaptarse y superar, siendo así una manera de superar el dolor emocional y poder alcanzar la sanación.

Duelo infantil

Hablarles de la muerte a los niños o hablar de la muerte de niños es un tema muy difícil; además, la muerte de niños se considera un hecho excepcional. Sin embargo, cuando hablamos de muerte, nos referimos a luto, al dolor y sufrimiento.

El duelo infantil es una respuesta emocional a la pérdida; se puede manifestar como lo ya antes mencionado por causas como la muerte de un ser querido, el cambio de escuela, el divorcio de los padres o cualquier situación de pérdida que sea significativa para el niño. Aunque los niños pueden no expresar el dolor de la misma manera que los adultos, experimentan emociones profundas y complejas relacionadas con la pérdida. Así de igual manera, el duelo infantil es muy diferente del adulto; presenta una expresividad variable en cada niño y en cada edad. A menudo, la información que los progenitores proporcionan al niño sobre la muerte es escasa, tardía y equívoca. Además, suelen ocultar sus emociones negando el impacto de la muerte, en un intento fallido de proteger al hijo del sufrimiento, lo cual impide al menor expresar sus propios sentimientos y favorece la aparición de psicopatologías presentes y futuras. Incluso en el ámbito escolar se aborda también tímidamente el concepto de muerte por parte del profesorado (Hoyos, 2015). El concepto de muerte se desarrolla en el niño si el entorno sociocultural favorece su desarrollo y se puede hablar de ello. Por todo ello es importante poder hablar de la muerte a los niños, poder hablar con los niños de los acontecimientos que sucedieron y suceden en la familia. Si ha muerto un abuelo o abuela, si está enfermo algún miembro de la familia o si algún hermano ha muerto antes del nacimiento de otro, en la primera infancia los niños no entienden el concepto de la muerte; para ellos se trata de ausencia/presencia y utilizan el juego de forma para simbolizar la desaparición. Los niños entienden que una persona pueda morir, pero lo que no entienden, por absurdo, es cuando vienen las muertes prematuras. Si les explicamos que fallecemos cuando hemos acabado de vivir, parece una tontería, pero a veces tranquiliza a los niños que están pasando por momentos de angustia ante el saber de la muerte. Tanto para el adulto como para un niño, el proceso de duelo, de elaboración psíquica, consiste en pasar del sufrimiento por la pérdida a poder vivir con ella. (Pelegri, Romeu).

Siendo así que los niños viven el duelo como una experiencia nueva y buscan respuestas y consuelo en sus mayores. Para ellos lo desconocido puede resultar confuso y amedrentador, y la gran mayoría no sabe qué esperar luego de la pérdida de un miembro de la familia o de un amigo. Como ya se mencionó, la principal diferencia respecto del duelo de un adulto y los niños es que en los niños las expresiones son intensas, emocionales y los comportamientos no son continuos, pues en ellos el dolor puede aparecer de manera intermitente y relativamente breve en relación con los adultos, aunque el proceso puede durar más tiempo. Para Piaget, los niños a esta edad se caracterizan por un desarrollo sensoriomotor, basado más que nada en los reflejos y en las conductas que van adquiriendo con la experiencia, describiéndose que, ante el dolor, se pueden volver apáticos y presentar alteraciones somáticas. Entre los tres y los siete años, el pensamiento preoperacional, centrado en la intuición, trae consigo la búsqueda de mecanismos causa-efecto para lo que va sucediendo. Es ahora cuando tiene cabida la idea de la muerte, pero como un fenómeno reversible o temporal, con atribuciones mágicas que responden a su pensamiento preoperacional, y el concepto puede adquirir propiedades tenebrosas. Entre los siete y doce años, aparece el pensamiento operacional, donde se van adquiriendo los diferentes elementos que Piaget define como conformadores de una idea de muerte apropiada (inmovilidad, universalidad, irrevocabilidad, entre otros). Por otro lado, 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. A diferencia de los adultos, los niños viven la etapa de duelo de diferente manera, por lo cual Salazar propone las siguientes etapas:

Los niños suelen pasar por tres etapas del duelo:

- Protesta: El niño echa mucho de menos, añora amargamente, al progenitor que ha fallecido, y llora suplicando que vuelva. Esta fase suele durar unos días, dependiendo de la edad del infante.
- Desesperanza: Al cabo de unos días, el niño empieza a perder la esperanza de que su progenitor vuelva. Eso no significa que su deseo de que vuelva haya disminuido, pero sí la esperanza de que eso suceda. Los llantos empiezan a ser intermitentes y puede llegar a pasar por una fase de apatía y retracción.

· Ruptura del vínculo: Al cabo de un tiempo, el cual es distinto para cada infante, empieza a renunciar a parte del vínculo emocional que tenía con el fallecido, y empieza a mostrar interés por el mundo que le rodea.

(Salazar, 2015)

Así de igual manera las pérdidas despiertan un conjunto de emociones que alteran la vida cotidiana y trastocan la existencia. Para Kröen (2002), en el niño estas emociones pueden ser:

- Negación: Su manera de expresarla es mostrándose agresivo o más contento y juguetón que de costumbre.
- Idealización: Esta le permite mantener una relación imaginaria con la persona perdida.
- Culpabilidad: Puede creer que él ocasionó la muerte.
- Miedo y vulnerabilidad: Intenta ocultar sus sentimientos, sobre todo a los niños de su edad, porque no quiere que sus amigos o compañeros de la escuela lo perciban diferente. Sus temores más frecuentes son: ¿causé yo la muerte?, ¿me pasará esto a mí?, ¿quién me cuidará?
- Ocuparse de los demás: Asumir el lugar del fallecido y cuidar de sus hermanos más pequeños. La intensidad con que se vive cada una de estas expresiones es diversa y, en ocasiones, puede acentuarse y conflictuar en mayor medida su cotidianidad.

Como se menciona, en el duelo infantil influyen características particulares como lo son la edad cronológica del infante y la afinidad con la persona ausente, Encontrando como aspecto más relevante el nivel de dependencia hacia el adulto para afrontar y resolver las situaciones problemáticas, siendo la ausencia de esta figura cuidadora una sensación de vacío y angustia, por lo tanto es importante que este fenómeno psicosocial en los niños se aborde de manera plena, se exprese y se viva en su momento. Como se observó en el proceso de desarrollo infantil, existen tipos de apego. Retomando los mencionados por María Angelica, considero que el tipo de apego que tenga el infante ya sea con la madre, el cuidador principal, mascota

u objetos, etc. Sería la que defina para el niño que considera como pérdida, con quien tendría su duelo y qué tan intenso viviría este momento, sabiendo que este fenómeno, “el apego”, en todos los niños se presenta. Es importante mencionar de igual manera que la primera pérdida que vive el infante, según menciona Winnicott, es el proceso de destete. Aunque el infante es muy pequeño aún, al dejar el pecho de la madre y empezar la separación de esta con la finalidad de crear autonomía, el infante lo vive como una pérdida que forma parte de él (ve a la madre como parte de él), lo que genera frustración; por lo tanto, el pequeño empieza a lanzar objetos para liberar dicha emoción, así mismo utilizando objetos de transición para la confrontación de ese proceso psicosocial.

La tanatología infantil es muy importante; sin embargo, no se le da el reconocimiento o gran peso como a los adultos. Lo abordado en este espacio reafirma que la niñez es el principio de todo y que todos en algún momento vamos a experimentar un proceso de pérdida o duelo. La tanatología no solo busca que sea algo momentáneo el proceso o que solo se quede ahí en la aceptación, sino que tenga herramientas para afrontar situaciones similares, una conciencia colectiva y que los niños no son ajenos a estos procesos psicosociales. Algunas posibles situaciones de duelo o pérdida que puede tener el infante son las siguientes: separación de padres (divorcio o fallecimiento de alguno), abandono por ambos padres o por uno (madre o padre), cambio de escuela, amigos que dejaron de hablarle, fallecimiento de una mascota, pérdida de algún juguete, etc.

Metodología

Psicodrama

Jacob Levy Moreno, fundador de la metodología llamada psicodrama, nació en la Bucarest en el año 1889 en el seno de una familia judía sefardí.

Algunas de las características principales del psicodrama son; la improvisación y representación, la espontaneidad y creatividad, catarsis e insight, grupo y rol. El psicodrama tiene como significado “mente en acción”; se basaba en la idea de expresarse a través de la espontaneidad y la improvisación, supone una clase de liberación a través de la creatividad. Para Jacob Levy Moreno, el psicodrama, permite vivir el aquí y el ahora, así experimentando situaciones vividas o imaginarias en ese “momento” con el objetivo de darles una respuesta nueva o adecuada a dichas situaciones, esta técnica se basa en la corporalidad, la espontaneidad, la fantasía y el juego, siendo importantes para la resignificación de dichas experiencias vividas.

Durante el psicodrama se manifiesta una emergencia de roles; esta teoría de roles se vincula con la teoría del desarrollo del niño, en la cual se explica el proceso de formación de roles durante su desarrollo, describiendo que el acto de mayor espontaneidad para el niño es el nacimiento. Para Moreno el psicodrama en los infantes tiene como objetivo principal que el niño pueda resolver conflictos de manera adecuada, explorar sus emociones, así mismo lograr que el infante sea espontáneo y creativo.

Por lo tanto, el psicodrama favorece el desarrollo y experiencias básicas del niño, siendo una herramienta donde el infante pueda experimentar y expresar aquello que no ha podido vivir de manera plena, dejando de un lado lo racional para volverse espontáneo. Tanto para Moreno como para Rispoli es fundamental que el niño pueda vivir esta etapa de manera plena y adecuada, vivir sus experiencias básicas, vivir el momento y ser espontáneo.

Moreno retoma la teoría “psicología funcional de sí” o bien “experiencias básicas” propuesta por el psicoterapeuta Luciano Rispoli.

Psicología funcional del si

Luciano Rispoli.

La integración de los procesos psicocorporales desde los primeros años de la vida humana.

Esta “psicología funcional del sí”, tiene interés por aclarar cuáles son y como se desarrollan estas experiencias de base, así como también la importancia de reconocer cuáles alteraciones pueden intervenir en las experiencias de base si estas no son suficientemente acogidas y apoyadas por el ambiente en el cual vive el niño, y cuáles las consecuencias de estas alteraciones, posteriormente en la vida adulta. Si se analizan las experiencias básicas y su funcionamiento, podremos comprender de manera más profunda el funcionamiento de los seres humanos

Ser tenidos ▪ Ser tenido en brazos ▪ Contenidos - Protección	Tomados ▪ Ser tomado en brazos ▪ Ser llevados	Soltar ▪ Soltarse, (encantarse) ▪ Abandonarse a ▪ Poder estar
Contacto ▪ Contacto (fusión) ▪ Ser nutrido (absorber) ▪ Tomar (pedir, seducir, llevarse al otro)	Contacto activo ▪ Dar (abrazar) ▪ Darse (Autoconsolarse, acomodarse)	Amor ▪ Ser amado (Pertenencia) ▪ Amar (Llevar dentro) ▪ Continuidad positiva (recuerdos)
Compartir ▪ Abrirse (Compartir)	Gustarle al otro ▪ Encontrar placer en el otro (Mostrarse)	Ternura ▪ Necesidad del otro ▪ Fragilidad

Ser Tomados en cuenta ▪ Ser visto ▪ Ser escuchado ▪ Ser percibido ▪ Ser comprendido ▪ Ser valorizado.	Vitalidad ▪ Alegría ▪ Jugar	Bienestar ▪ Bienestar (Armonía, integridad) ▪ Placer (vagotonía)
Sensaciones ▪ Percibir ▪ Sentirse (sensaciones)	Control ▪ Perder el control ▪ Soltar el control ▪ Atención suave	Fuerza ▪ Fuerza originaria ▪ Fuerza suave ▪ Fuerza calma ▪ Fuerza abierta
Agresividad ▪ Agresividad original ▪ Agresividad afectuosa	Consistencia ▪ Presencia (determinación) ▪ Consistencia (Seguridad, Valorizarse)	Afirmación ▪ Asertividad (autoafirmación) ▪ Elegir
Negatividad ▪ Coraje ▪ Odio	Autonomía ▪ Oposición ▪ Poder separarse.	

Rispoli Luciano 2004

Actividades: Psicodrama “juego”

La estructura que se tomará en cuenta para las sesiones con los niños tendrá las siguientes características:

- Objetivo de la sesión
- Experiencias básicas
- Inicio/presentación y Psicocorporal
- Central
- Actividad final

Experiencias básicas principales:

- Ser vistos
- Ser escuchados
- Ser contenidos
- Soltar
- Ser tomados en cuenta

Juegos posibles:

- Títeres
- Personajes de ficción
- Lectura de cuentos
- Disfraces
- Juegos propuestos por los niños
- Colorear
- Juegos de roles
- Teatro espontaneo

Categoría de análisis

Metodología “psicodrama”: Utiliza la dramatización y la improvisación para explorar las experiencias vividas de los individuos y sus emociones.

Dinámica grupal e individual: análisis de conductas o acciones realizados por los participantes (niños) durante la sesión psicodramática desde el inicio, durante y al finalizar la misma.

Estructura del protocolo de sesiones

Sesión “x”, fecha y tema.

Objetivo de la sesión:

Participantes:

1. Actividad de inicio/Psicocorporal

2. Actividad central

3. Actividad final

Presentación de resultados

Tipo de investigación: Cualitativa

Metodología de campo: Etnografía (observación-participación, diario de campo)

Metodología aplicada en la intervención: Psicodrama

Introducción

Esta intervención e investigación fue realizada en el colegio infantil Wippo ubicada en Tlalpan, CDMX. Teniendo como objetivo general fundamentar y visualizar los procesos de duelo y pérdida en las infancias frente al estigma social del niño, considerando que el infante no vive estos procesos, así como también la intervención en población infantil con el propósito de que el infante adquiriera herramientas resilientes que le permitan poder afrontar procesos de pérdida y duelo. La metodología aplicada fue el “psicodrama” de Levy Moreno, considerando la apropiada para esta población infantil, con un numero de 7 participantes quienes tiene edades de 4 a 5 años. Dicha intervención consto de 10 sesiones, el espacio utilizado fue un salón de clases donde se creó un espacio seguro para ellos.

Los temas abordados durante estas 10 sesiones fueron los siguientes; presentación de los participantes, familia, tristeza, duelo y perdida, despedida y red de apoyo, enojo, felicidad, amor, amistad y calma. Las experiencias básicas utilizadas durante estas sesiones fueron “ser escuchados, ser tomados en cuenta y compartir”.

Intervención

Sesión “1”, 7 de febrero del 2025- Presentación de los participantes.

Objetivo de la sesión: Que los participantes (niños) puedan presentarse, así mismo, que compartan que les hace felices.

Participantes: Lía, Mia, Yael, Alonso, Yared y Ernesto

➤ Actividad de inicio/ Psicocorporal

Se presentaron los participantes (niños); de igual manera, el director (Yazmín González Landa) les mencionó que era un espacio para jugar y que podían expresarse como ellos quisiesen, respetando a los demás.

Se les pidió a los niños que empezaran a moverse por el espacio, mientras se les daba las siguientes consignas:

- Saluden a su amigo con la mano.
- Brinquen con un pie.
- Estiren sus brazos lo más alto que puedan.
- Caminen despacio.

Posteriormente se les indicó que ahora no eran ellos, sino que ahora eran animalitos, esto con la finalidad de crear un espacio de fantasía y espontaneidad. Las consignas siguientes fueron:

- Ahora todos somos serpientes.
- Ahora somos gatitos.
- Ahora somos elefantes.
- Ahora somos gorilas.

Para finalizar esta primera parte, se les indico a los niños que ahora volvían a ser ellos mismos.

➤ **Actividad central**

Se les pidió que dibujaran aquello que les gustaba o que los hacía felices, de igual manera dibujarse a sí mismos (todos los niños recortaron su dibujo de ellos mismos).

Yael: Mencionó que lo hacen feliz los planetas, las figuras, el futbol, las arañas, el corazón y el juego del gato

Alonso: Mencionó que a él lo pone feliz estar con su familia, en especial con su papá cuando juegan; de igual manera, menciona que le gusta tu cabello rizado

Ernesto: Menciona que también lo hacen feliz los planetas, las figuras. Se dibujó a sí mismo y un arcoíris.

Yared: Menciona que le hacen feliz los monos, las figuras, sus peces, su tortuga y jugar al gato.

Lía: Menciona que le hace feliz estar con su mamá y su perrito.

Mia: Menciona que la hacen feliz sus perritos, la resbaladilla y las figuras.

➤ **Actividad final**

Se jugó con bloques y dinosaurios que fueron propuestos por los participantes; posteriormente se les preguntó cómo se iban de esta sesión y en su mayoría contestaron que felices. Sin embargo, Lía contestó que triste porque no jugó a las sirenas.

No se presentó ninguna contingencia durante la sesión.

Sesión “2”, 14 de febrero del 2025- Familia.

Objetivo de la sesión: Conocer quienes integran su familia y la relación con ellos.

Participantes: Lía, Mia, Yael, Alonso, Yared y Ernesto

➤ Actividad de inicio/ Psicocorporal

Se les mencionó que era un espacio para jugar y que podían expresarse como ellos quisiesen, respetando a los demás.

Se les pidió a los niños que empezaran a moverse por el espacio, mientras se les daba las siguientes consignas:

- Manos a la cintura.
- Estiren sus brazos lo más alto que puedan.
- Caminen despacio.
- Manos a la cadera.

Se indicó que se jugaría a gigantes y enanos; se les explicó en qué consistía el juego. Las siguientes consignas fueron:

- Ahora son gigantes, estiren sus manos lo más alto que puedan.
- Ahora son gigantes sin una mano.
- Ahora son enanos pequeños, nos agachamos lo más que podemos.
- Son enanos con un pie.

Para finalizar esta primera parte, se les indico a los niños que ahora volvían a ser ellos mismos.

➤ Actividad central

Se les pidió que dibujaran una familia o, si ellos querían, podían dibujar a su familia. Se les pasó hojas blancas, colores y recortes.

Yael: Dibujo a su mamá donde menciono que estaba embarazada, dibujo a su papá y a él en la playa.

Alonso: Dibujo a su papá, a él, a su hermanita y a su mamá. Menciono que a su mamá le gusta mucho cocinar.

Ernesto: Dibujo a su papá con su ropa del trabajo, a su mamá y a él.

Yared: Solo dibujó a su papá con él y un corazón de arcoíris.

Lía: Dibujo a su prima, a ella misma y a su mamá; sin embargo, decía que su mamá tenía una bebé, pero que ella quería más bebés, así que dibujó 6 más.

Mia: Dibujo a su papá con ropa del trabajo, a su mamá y a ella misma.

➤ **Actividad final**

Se les pidió pintar unas caritas de emociones con la finalidad de utilizarlas durante las siguientes sesiones y evaluar cómo se encuentran antes y después de la sesión.

Se les preguntó cómo se iban de la sesión, a lo cual respondieron que “felices”.

Sesión “3”, 21 de febrero del 2025- Tristeza.

Objetivo de la sesión: Que los niños identifiquen la emoción de la tristeza.

Participantes: Lía, Mia, Alonso, Yared y Ernesto

➤ Actividad de inicio/ Psicocorporal

Se les preguntó cómo se encuentran el día de hoy. Así mismo, recordándoles el respetar a los demás participantes.

Se les pidió a los niños que empezaran a moverse por el espacio, mientras se les daba las siguientes consignas:

- Manos a la cintura.
- Estiren sus brazos lo más alto que puedan.
- Caminen despacio.
- Manos a la cadera.

Hoy van a jugar a “la papa caliente”. ¿Saben cómo se juega? Se espera respuesta; bien, el juego consiste en que se lanzan la pelota uno al otro cantando: "La papa caliente estaba en un sartén, tenía mucho aceite y mucha sal, ¿quién se quemó? 1, 2 y 3".

- A quien le toque el ultimo numero de la cuenta pasara a bailar la pelusa
- Así hasta que pasen todos

➤ Actividad central

Se les preguntó si sabían qué era la tristeza; posteriormente les pedí sentarse mirando hacia mí para poder leerles un cuento.

Cuento. “Me siento triste quiero mi juguete”.

En el rincón de juegos del colegio hay un juguete que es mi favorito: el balón de fútbol.

Me gusta mucho jugar con la pelota, pero no me gusta que me la quiten.

Cuando me quitan la pelota me pongo muy triste.

Cuando estoy triste mis ojos se hacen pequeñitos y mi boca se cae.

– No te pongas triste, pídele el balón a tú amigo – dice la profesora.

Pero él no me lo devuelve y eso me hace estar aún más triste y me hace llorar.

Cuando estoy triste, no me gusta que me hablen. Mi profesora me da la mano y eso me hace sentir un poco mejor.

Nos han sentado juntos y la profesora ha dejado la pelota entre nosotros y se ha sentado a nuestro lado.

-Venga chicos miraros a los ojos, sois amigos, tenéis que compartir y hay que ser educados y pedir los juguetes con las palabras mágicas: “POR FAVOR”- ha dicho la profesora.

Mi amigo me ha dado un abrazo.

Cuando estoy triste me gusta que me den abrazos y que sean amables conmigo.

- ¡Ahora pásale la pelota a tu amigo! – indica la profe.

Entonces nos hemos pasado la pelota y hemos jugado juntos con nuestro juguete favorito.

Jugando juntos nos hemos reído mucho.

Ya no estoy triste, porque es mucho más divertido jugar a la pelota con todos mis amigos.

FIN

Autora: Beatriz de las Heras García.

- Se les compartió hojas blancas y sus colores; así mismo se les indicó que dibujaran aquello que los hacía sentir tristes.

Alonso: Menciona que él se siente triste cuando sus papás lo regañan y cuando su hermana le roba sus juguetes.

Ernesto: Menciona que le pone triste cuando su mamá no le compra sus juguetes, especialmente un peluche de dinosaurio.

Yared: Mencionó que se pone triste cuando juega solo y también cuando su papá lo regaña.

Lía: Mencionó que se pone triste cuando su prima “Zoé” le quita sus juguetes y le tira sus cosas.

Mia: Menciona que ella se siente triste cuando su mamá la regaña y cuando le pico un cactus.

Actividad final

Se jugaron juegos propuestos por ellos y se les preguntó cómo se iban de la sesión, a lo cual respondieron que “felices”.

Sesión “4”, 7 de marzo del 2025- Perdida y duelo.

Objetivo de la sesión: Identificar si los niños reconocen que es la perdida, el duelo y la muerte.

Participantes: Mia, Yael, Alonso, Yared y Ernesto

➤ Actividad de inicio/ Psicocorporal

Se les preguntó cómo se encuentran el día de hoy. Así mismo, recordándoles el respetar a los demás participantes.

Se les pidió a los niños que empezaran a moverse por el espacio, mientras se les daba las siguientes consignas:

- Manos a la cintura.
- Estiren sus brazos lo más alto que puedan.
- Caminen despacio.
- Manos a la cadera.
- Toquen sus rodillas.

Hoy van a jugar a “Las estatuas de marfil”. ¿Saben cómo se juega? Se espera respuesta, se colocan en círculo, llevándose de las manos, y giran cantando la canción “A las estatuas de marfil, uno, dos y tres así”.

el que se mueva baila el twist, con su hermana la lombriz que le apesta el calcetín, yo mejor me quedo así”. Al parar de cantar deben inmovilizarse como si fueran unas estatuas.

- El que se mueva pierde.

➤ Actividad central

Se les pidió a los niños que se sentaran en media luna mirando hacia mí, para poder leerles un cuento. Una forma de acercar a los niños al significado de la muerte, la pérdida y el duelo.

Cuento. “Yo siempre te querré”.

Ésta es la historia de Elfi, la mejor perrita del mundo.

Elfi y yo crecimos juntos, pero ella creció mucho más aprisa que yo,

Me gustaba apoyar la cabeza sobre su piel caliente.

Soñábamos juntos.

Mi hermano y mi hermana también querían mucho a Elfi, pero Elfi era mi perro.

Todos los días, Elfi y yo jugábamos juntos. A Elfi le encantaba perseguir las ardillas y escarbar entre las flores del jardín de mi madre.

A veces Elfi hacía alguna diablura, y entonces mis padres se enojaban y la regañaban. Pero la seguían queriendo mucho.

Solo que nunca se lo habían dicho, pensaban que Elfi ya lo sabía.

Los años pasaron muy a prisa. Yo crecía hacia lo alto, hacia lo alto y Elfi crecía hacia lo ancho, hacia lo ancho.

Cuanto más años tenía Elfi más dormía, ya no quería salir de paseo como antes, ¡Aquello me preocupaba!

Llevamos a Elfi al veterinario, no había nada que el pudiera hacer

-Elfi se está volviendo vieja.

-dijo el veterinario.

A Elfi cada vez le costaba más subir las escaleras ¡Pero tenía que dormir en mi cuarto!

Le puse un almohadón muy blando para que estuviera más cómoda. Cada noche, al acostarnos, le decía: Yo siempre te querré.

Se que Elfi me entendía.

Una mañana desperté y vi que Elfi había muerto durante la noche.

Entre todos enterramos a Elfi, lloramos y nos abrazamos para consolarnos.

Mi hermano y mi hermana querían mucho a Elfi, pero nunca se lo habían dicho. Yo también estaba muy triste, pero me consolaba pensar que cada noche le había dicho:

-Yo siempre te querré.

FIN

Autora: Hans Wilhelm

- Se les pasó una cartulina y sus colores; así mismo se les indicó que se sentaran en círculo alrededor de la cartulina. Se les indicó que en ella dibujarían y pintarían aquello que han perdido y les haya causado tristeza.

Alonso: Menciona que él perdió a su abuelito y a su abuela, perdió una mochila con cosas de su mamá, así como también perdió un carro de juguete. Cuando él está triste por las cosas que pierde, abraza a sus peluches.

Ernesto: Menciona que le pone triste que su papá haya perdido a su mamá (su abuela). Cuando está triste, le gusta jugar con su dinosaurio.

Yared: Mencionó que murieron sus peces y su tortuga, que los extraña mucho. Cuando está triste, ve la televisión.

Yael: Menciona que perdió a su abuelita, su mochila y sus juguetes. Cuando está triste se pone a jugar con su hermanita.

Mia: Menciona que ella perdió sus dos peces, a su araña y a su bisabuelo. Cuando se siente triste por lo que perdió, se pone a jugar o a dibujar.

➤ Actividad final

Se les pregunto cómo se iban de la sesión a lo cual respondieron que “felices”.

Sesión “5”, 14 de marzo del 2025- Despedida y red de apoyo.

Objetivo de la sesión: Realizar un dibujo de despedida a las cosas que perdieron o familiares así mismo identificar su red de apoyo

Participantes: Mia, Yael y Yared.

➤ Actividad de inicio/ Psicocorporal

Se les preguntó cómo se sienten el día de hoy. Así mismo, recordándoles el respetar a los demás participantes.

Se les pidió a los niños que empezaran a moverse por el espacio, mientras se les daba las siguientes consignas:

- Manos a la cintura.
- Estiren sus brazos lo más alto que puedan.
- Manos a la cadera.
- Toquen sus rodillas.
- Párense en un solo pie.

Vamos a jugar los soldados, ¿saben cómo se juega? Bien, tenemos que sobrevivir a los obstáculos que nos digan.

Empecemos:

Ahora este espacio se convierte en agua y van a nadar y nadar...

Naden más rápido, ahora naden más despacio...

Oh no, ahora es lava; van a caminar de puntitas para no quemarse...

Salten en las rocas, soldados, muy bien.

Ahora son arenas movedizas; caminen despacio o se hundan.

Tengan cuidado, soldados.

Ahora llegaron a tierra firme soldados. Excelente trabajo.

- Ahora ya no son soldados, son ustedes mismos y nos encontramos en el salón.

➤ **Actividad central**

Se les recordó lo visto en la sesión anterior sobre la pérdida que identificaron, en base a eso se les pidió que realizaran un dibujo de despedida, un dibujo que quisieran darle a ese objeto, familiar o mascota que perdieron. Se les pasó una hoja blanca y sus colores.

Yared: Menciona que ya no quería dibujar los peces que perdió, por lo cual mejor dibujó un arcoíris, dibujó a sus papás y a él como personajes de Hombre Araña.

Yael: Dibujo un abrazo para su abuela, realizo un edificio con cara de gato enojado, coloco serpientes, así como también sol y lluvia.

Mia: Ella dibujó un edificio con cara de perro para su pez, una araña malvada la cual estaba encerrada; así mismo puso un sol y lluvia en el dibujo.

- Posteriormente se les realizó una escenografía con títeres; esto fue espontáneo teniendo como finalidad que los participantes (niños) identifiquen su red de apoyo, quienes están con ellos cuando están tristes, enojados, felices, etc. Los personajes utilizados fueron abuelos, padres, amigos y primos.

Yared: Identifica como red de apoyo a sus padres y a Yael (es miembro de las sesiones).

Yael: Identifica como su red de apoyo a sus padres; se siente mejor cuando va con ellos a la playa. También considera su perro y cactus como red de apoyo.

Mia: Solo identifica como red de apoyo a sus mascotas, a las cuales les llama “hermosos”; no logra identificar red de apoyo en su familia ni en amigos.

➤ **Actividad final**

Se les pregunto cómo se iban de la sesión a lo cual respondieron que “felices”.

Sesión “6”, 21 de marzo del 2025- Enojo.

Objetivo de la sesión: Conocer y reconocer que es el enojo para los participantes.

Participantes: Mia, Lía, Ernesto, Alonso y Yared.

➤ Actividad de inicio/ Psicocorporal

Se les preguntó cómo se sienten el día de hoy. Así mismo, recordándoles el respetar a los demás participantes.

Se les pidió a los niños que empezaran a moverse por el espacio, mientras se les daba las siguientes consignas:

- Manos a la cintura.
- Estiren sus brazos lo más alto que puedan.
- Caminen despacio.
- Caminen rápido.

Hoy van a jugar al tesoro perdido. ¿Saben cómo se juega?

Ahora son piratas y este espacio se convierte en una isla, por la cual tendrán que pasar los siguientes obstáculos: saltar con una pierna, caminar con un ojo tapado, caminar con una mano atrás, etc.

- Se pretende colocar un objeto escondido en el salón para que lo puedan buscar.
- Ahora ya no son piratas, son ustedes mismos y nos encontramos en el salón.

➤ Actividad central

Se les pidió sentarse en media luna mirando hacia mí, para así poder leerles el siguiente cuento.

Cuento: “Algo me hizo estar enfadado”

Un niño ha roto mi juguete en el parque y eso me ha enfadado mucho.
Estoy muy disgustado y quiero llorar y gritar.
Mi cara se ha puesto roja y mi frente se ha arrugado.
Mi mamá se ha acercado, pero no quiero hablar.
Estoy furioso con el niño del parque y no paro de gritarle y de pelearme con él.
Entonces mamá me ha dado un abrazo. Me encantan los abrazos de mamá, me hacen sonreír.
Mamá me ha enseñado un pájaro que hay en el árbol. Me gusta mirar a los pájaros y sentarme con mamá.
Ahora estoy tranquilo.
Respiro despacio y le cuento a mamá lo que ha pasado.
Estoy triste por mi juguete, pero ya no estoy enfadado.
El niño del parque me ha pedido perdón y me ha dado un abrazo.
Ahora me siento mucho mejor.
Mamá me dice que vamos a intentar arreglar el juguete.
Como ya estoy tranquilo, vuelvo a jugar en el parque ¡que divertido!

FIN

Autora: Beatriz de las Heras García

- Se les pasó el papel Kraft y se colocaron en círculo alrededor del papel, así como también se les pasó sus colores, dándoles la siguiente indicación: en el papel van a dibujar aquello que les hace enojar. Si el participante no logra identificar las situaciones que le generen esta emoción, se le apoya con las siguientes consignas:
 - Me enoja que mamá me regaña.
 - Me enoja que me toquen.
 - Me enoja que agarren mis cosas.

Yared: Menciona que le hizo enojar cuando le rompieron sus juguetes.

Ernesto: Menciona que se enoja cuando sus papás lo regañan, por lo cual se pone a llorar, así como también le enoja que agarren sus juguetes.

Alonso: Se enojó mucho cuando un niño le quitó su peluche.

Mia: Le enoja cuando su hermanita entra a su cuarto.

Lía: Se enoja cuando su prima Zoé le quita sus juguetes y se los rompe. También menciona que su mamá se enoja con ella, pero no sabe por qué.

➤ **Actividad final**

Se les preguntó cómo se iban de la sesión, a lo cual respondieron que “bien y felices”; sin embargo, Lía dice que se va triste y bien. Se le preguntó por qué se iba triste, pero respondió que no sabía por qué.

Sesión “7”, 28 de marzo del 2025- Felicidad.

Objetivo de la sesión: Conocer y reconocer que es la felicidad para los participantes.

Participantes: Mia, Lía, Yael, Alonso, Yared y Liam.

➤ Actividad de inicio/ Psicocorporal

Se les preguntó cómo se sienten el día de hoy. Así mismo, recordándoles el respetar a los demás participantes.

- Se integró un nuevo niño a las sesiones; el participante se llama Liam.

Se les pidió a los niños que empezaran a moverse por el espacio, mientras se les daba las siguientes consignas:

- Manos a la cintura.
- Estiren sus brazos lo más alto que puedan.
- Caminen despacio.
- Caminen rápido.
- Hoy van a jugar “tripas de gatos”. ¿Saben cómo se juega? Bien se les pasará una hoja en la cual tiene números dispersados; tratarán de unir los números con su par, por ejemplo, 1 con el 1, 2 con el 2, etc. Pero deben hacerlo sin que se toquen las líneas entre ellos.
- Si se tiene duda se especifica bien dependiendo de cuál sea.

- 🎨 Esta actividad se realiza por que a los participantes les gusta mucho escribir letras y números en sus dibujos realizados.

➤ Actividad central

Se les pidió sentarse en media luna mirando hacia mí, para así poder leerles el siguiente cuento.

Cuento. “Me siento bien, estoy contenta”

Hoy voy a jugar con mi amiga Lola. Me gusta mucho jugar con ella.
Cuando estamos juntas me siento bien. Nos gusta jugar a las casitas.
Imaginamos historias y hacemos que nuestros juguetes vivan muchas aventuras.
Cuando estoy con Lola siempre estoy sonriendo.
Como somos amigas nos gusta ayudarnos.
Y si alguna está triste, nos damos un abrazo para consolarnos.
También nos gusta mucho bailar, saltar en la cama y disfrazarnos.
Hay muchas cosas que me hacen sentir bien:
Ver una película con papá y mamá.
Jugar con los compañeros del colegio.
Ayudar a mis papás recogiendo mis juguetes.
Cuando me escuchan y puedo contar lo que siento.
Y cuando la profesora me da una medalla por haberme esforzado haciendo algo.
Cuando estoy contenta me gusta sonreír y ser amable con los demás.
Además, cuando sonrío estoy tranquila, me siento bien y estoy feliz.

FIN

Autora: Beatriz de las Heras García.

Se les pasó hojas blancas y sus colores; en él se les pidió que dibujaran y expresaran aquello que los hace sentir felices. En caso de que no logren identificar un momento, se les apoyará con las siguientes consignas:

- Me siento feliz cuando juego
- Me siento feliz cuando como helado
- Me siento feliz cuando estoy con mi perrito.

Yared: Lo hace feliz jugar con su hermana Sofia y su pelota de Spiderman, así como también los arcoíris lo hacen feliz.

Menciona que también dibujó un corazón para su hermana Sofia.

Liam: Mamá y papá lo hacen feliz, así como su abuelo y su amigo Lalo.

Alonso: Jugar con su peluche lo hace feliz, así como también jugar con su hermana.

Mia: Dibujar la hace feliz.

Lía: Le hacen feliz sus amigos, su peluche; también la hace feliz que su mamá esté embarazada.

Yael: Su hermana lo hace feliz, su mochila, la escuela, su casa y jugar con su bebé.

➤ **Actividad final**

Se les pregunto cómo se iban de la sesión a lo cual respondieron que “bien y felices”.

Sesión “8”, 4 de abril del 2025- Amor.

Objetivo de la sesión: Conocer y reconocer que es el amor para los participantes.

Participantes: Mia, Yael, Alonso, Yared y Ernesto.

➤ Actividad de inicio/ Psicocorporal

Se les preguntó cómo se sienten el día de hoy. Así mismo, recordándoles el respetar a los demás participantes.

Se les pidió a los niños que empezaran a moverse por todo el espacio, dándoles las siguientes consignas:

- Se saludan con el pie.
- Se saludan con el codo.
- Se saludan con el hombro.
- Se saludan con el dedo índice izquierdo.
- Se saludan con una sonrisa.

Hoy van a jugar a “los zombis”. ¿Saben cómo se juega?

Se tendrán que mover lento imitando a un zombi; se les darán diferentes consignas:

- Zombis rápidos.
- Zombis bailarines.
- Zombis pequeños.
- Zombis grandes.

- Se les dirá que ya no son zombis sino ellos mismos y que están de nuevo en el salón.

➤ Actividad central

Se les pidió sentarse en media luna mirando hacia mí, para así poder leerles el siguiente cuento.

“Cuento: un amor para todos”

Antes de que naciera el hermanito de victoria, ella tenía todos los juguetes del mundo.
Y lo más importante tenía todo el amor de sus papás, pero todo cambió cuando su hermanito nació se sentía feliz de poder ser la hermana mayor, jugar con él y de compartir los juguetes pero no quería compartir el amor de sus papás, sentía que se olvidaban de ella muy triste hablo con mamá, mamá le dijo:
que el amor que le tenía era más grande que el universo
que es capaz de darles abrazos de osos y llenarnos de muchos besos
que, así como ella es capaz de compartir sus juguetes mamá es capaz de compartir su amor. Porque su amor es para todos.

FIN

Cuento obtenido de: <https://www.youtube.com/watch?v=JmFwEB95E5Y>

🌈 Ahora les daré unas hojas que tienen el diseño de un florero y sus colores. Se les indicó que dentro del florero dibujaran qué es el amor para ellos o qué les hace sentir esa emoción. Si tienen problemas para identificar la emoción, se les dará las siguientes consignas:

- Mi mamá me ama porque me abraza.
- Amo a mi perrito.
- Amo a mis abuelitos.
- Amo mi peluche.

🌈 De igual manera se usó como sinónimo la palabra “te quiero” para su identificación.

Yared: Ama los arcoíris y al hombre araña, así de igual manera quiere mucho a su amigo Axel y a sus papás, aunque lo regañan.

Yael: Ama su pelota, los cuentos y los corazones.

Alonso: Quiere mucho a su hermana, a su tío, a sus papás y abuelos; también menciona que se quiere a él mismo.

Mia: Quiere mucho su casa y estar en ella, ama la televisión porque puede ver las caricaturas.

Ernesto: Quiere a Marianita y a su mamá (la dibujo abrazándolo y dándole un beso), le dibujo flores y un corazón de igual manera a su mamá.

➤ **Actividad final**

Se dibujó un árbol en el papel bond entre todos los participantes y posteriormente se les pidió colorear su corazón y pegarlo en donde ellos quisieran.

Posteriormente se les pregunto cómo se iban de la sesión a lo cual respondieron que “bien y felices”.

Sesión “9”, 11 de abril del 2025- Amistad.

Objetivo de la sesión: Que identifiquen la importancia de la amistad así de igual manera quienes son sus amigos.

Participantes: Mia, Yael, Alonso, Yared, Liam, Lía y Ernesto.

➤ Actividad de inicio/ Psicocorporal

Se les preguntó cómo se sienten el día de hoy. Así mismo, recordándoles el respetar a los demás participantes.

Se les pidió a los niños que empezaran a moverse por todo el espacio, dándoles las siguientes consignas:

- Se saludan con el pie.
- Se saludan con el hombro.
- Se saludan con una sonrisa.
- Se saludan con los dedos.

Hoy van a jugar a “ponle la cola al gato”. ¿Saben cómo se juega?

Se pegará la silueta del gato en una parte del salón; posteriormente, se les dará la cola del gato y se les vendará los ojos a los participantes. Intentarán colocar la cola del gato en el lugar que crean que es.

- Se harán varias rondas hasta que pasen todos.

➤ Actividad central

Se les pidió sentarse en media luna mirando hacia mí, para así poder leerles el siguiente cuento.

“El Bosque de la Amistad”

En un bosque encantado, donde los árboles susurraban y las flores bailaban, vivían dos pequeños amigos: un zorro llamado Zorrito y un conejo llamado Saltarín. A pesar de ser muy diferentes, compartían una amistad inquebrantable y juntos exploraban cada rincón de su mágico hogar.

Un día, mientras jugaban entre los arbustos, encontraron un mapa antiguo que señalaba el lugar de un tesoro escondido. “¡Imagina las aventuras que podríamos tener buscándolo!”, exclamó Saltarín con emoción. Zorrito, con su astucia natural, estuvo de acuerdo y así comenzó su emocionante búsqueda.

Se enfrentaron a desafíos que pondrían a prueba su amistad: cruzaron ríos rápidos, escalaron montañas altas y se adentraron en cuevas oscuras. En cada obstáculo, se apoyaban mutuamente, demostrando que la amistad verdadera supera cualquier dificultad. Finalmente, después de un largo viaje, llegaron al lugar marcado en el mapa. Para su sorpresa, el tesoro no era oro ni joyas, sino un campo lleno de flores brillantes que reflejaban la luz del sol como diamantes. “El verdadero tesoro es nuestra amistad”, dijo Zorrito, mientras Saltarín asentía con una sonrisa.

Regresaron al bosque, contando historias de su aventura a todos los animales. La noticia del tesoro se extendió, pero lo que realmente celebraban era la valentía y el compañerismo de Zorrito y Saltarín.

Y así, el Bosque de la Amistad se llenó de risas y alegría, recordando a todos que las aventuras más grandes de la vida se viven mejor con un amigo al lado.

FIN

Cuento obtenido de: <https://lecturayfamilia.com/cuentos-de-amistad/>

Ahora les pasaré unas hojas blancas y sus colores; en esas hojas van a dibujar y pintar a sus amigos o a quienes crean que son sus amigos. De igual manera, su amigo puede ser imaginario o un personaje.

Liam: Los amigos de él son su papá, su mamá y un bebé.

Yared: Su amigo es Axel; se dibujó también.

Yael: Sus amigos son Yared y Ernesto.

Alonso: Sus amigos son toda su familia.

Lía: Su amiga es Mia.

Mia: Sus amigos son todos los del salón (Lía, Ernest, Yared, Yael, Liam y Alonso).

Ernesto: Su amiga soy yo.

➤ **Actividad final**

Se les entregó los dibujos de sus personajes favoritos para que los colorearan; sin embargo, prefirieron guardarlos para pintarlos en su casa.

Posteriormente se les preguntó cómo se iban de la sesión, a lo cual respondieron que “bien y felices”.

Sesión “10”, 30 de mayo del 2025- Calma.

Objetivo de la sesión: Que puedan tener un espacio donde puedan sentir calma y tranquilidad.

Participantes: Mia, Yael, Alonso, Yared, Liam, Lía y Ernesto.

➤ Actividad de inicio/ Psicocorporal

Se les pregunto cómo se sienten el día de hoy. Así mismo recordándoles el respetar a los demás participantes.

Se les pidió a los niños que empezaran a moverse por todo el espacio, dándoles las siguientes consignas:

- Se saludan con el pie
- Se saludan con el hombro
- Se saludan con una sonrisa
- Se saludan con los dedos
- Se saludan con la cadera

➤ Actividad central

Se les pidió sentarse en las colchonetas, colocados en media luna mirando hacia mí, para así poder darles las siguientes indicaciones.

- Se realizará un poco de yoga infantil



Imagen ilustrativa de los ejercicios realizados

- Posteriormente se les indico a los participantes que se acostaran en sus cobijitas y cerraran sus ojos, mientras se les puso música relajante.
- Se les realizo pequeños masajes en la manitas y piecitos.

➤ **Actividad final**

Se les entrego a los participantes dibujos de mandalas y sus colores, dándoles las indicaciones que pueden colorearlo como quieran.

Posteriormente se les pregunto cómo se iban de la sesión a lo cual respondieron que bien, felices y tranquilos.

Análisis de resultados

Para poder realizar este análisis, se retoma la siguiente teoría propuesta por Serge Moscovici, llamada “representaciones sociales” y sus derivados, así como también la importancia de la metodología del “psicodrama” de Levy Moreno, con el objetivo de que los infantes adquieran herramientas resilientes ante la pérdida y el duelo.

Para Sergei Moscovici, según su teoría de “las representaciones sociales”, menciona que se pueden considerar estas representaciones como conocimientos compartidos en un grupo, por lo tanto, volviéndose cotidianos, y así, facilitando la comunicación e interacción entre los grupos, con el fin de crear representaciones sociales colectivas. (Mora, 2002).

Valerie Walkerdine sostiene que las representaciones sociales dominantes de los niños son las siguientes: inocentes, vulnerables y dependientes. Causando que las infancias estén en un plano donde se les desvalorice, tomándolos como menos importantes en las decisiones familiares, sociales y, sobre todo, ignorando que ellos también experimentan pérdidas y duelos. Cuando el niño está en duelo, se puede identificar ya sea por cambios de actitud o de comportamiento. Algunos de estos cambios pueden ser que deje de hacer cosas que le gustaban, sentirse mal físicamente todo el tiempo, no querer hablar de la persona u objeto que se perdió, etc. A diferencia del adulto, según Salazar, los niños suelen pasar por tres etapas del duelo:

- Protesta: El niño echa mucho de menos, añora amargamente, al progenitor que ha fallecido, y llora suplicando que vuelva. Esta fase suele durar unos días, dependiendo de la edad del infante.
- Desesperanza: Al cabo de unos días, el niño empieza a perder la esperanza de que su progenitor vuelva. Eso no significa que su deseo de que vuelva haya disminuido, pero sí la esperanza de que eso suceda. Los llantos empiezan a ser intermitentes y puede llegar a pasar por una fase de apatía y retracción.
- Ruptura del vínculo: Al cabo de un tiempo, el cual es distinto para cada infante, empieza a renunciar a parte del vínculo emocional que tenía con el fallecido, y empieza a mostrar interés por el mundo que le rodea. (Salazar, 2015)

Por lo tanto, es importante saber qué correlación hay entre esta teoría de “las representaciones sociales” y el impacto del psicodrama en los resultados obtenidos de esta intervención. Los temas abordados en estas sesiones fueron: presentación de los participantes, familia, tristeza, pérdida y duelo, despedida y red de apoyo, enojo, felicidad, amor, amistad y calma. Es importante saber que estos temas se trabajaron de acuerdo con las necesidades de los participantes y se pretendió primero identificar: ¿Quiénes son?, ¿Quiénes integran su institución familiar? Y posteriormente, cómo ellos perciben estas emociones y cómo las viven en función de la institución familiar y educativa.

El hablar de emociones nos permite no solo saber qué representación social tiene el infante de dicha emoción, sino también nos permite identificar lo que para Lucino Rispoli llama “experiencias básicas” y saber si el infante las está viviendo de manera favorable. Cabe decir que en la primera sesión se observó que los infantes no contaban con herramientas resilientes y tenían una postura rígida, ya que la institución familiar como educativa delimita mucho el desarrollo del niño, lo cual no permite que el infante pueda experimentar, explorar, ser espontáneo y vivir sus experiencias básicas, siendo consecuencias de las normas sociales y culturales del deber “ser”. Por lo cual en cada sesión se pretendió que los participantes pudieran vivir la emoción y sus experiencias básicas, retomando las siguientes: “ser escuchados, ser contenidos, ser tomados en cuenta, soltar y compartir”.

Nuestro interés de análisis de acuerdo a nuestros objetivos de investigación se centra en las sesiones 4 y 5, en las cuales se trabajaron los temas “pérdida y duelo”, “despedida y red de apoyo”; sin embargo, los otros temas abordados, que son “tristeza, enojo, amor, felicidad, amistad y calma”, nos permitirán que el infante logre identificar si alguna de estas emociones está presente en sus procesos de pérdida o duelo y, de igual manera, permitir que el infante adquiera herramientas resilientes. Cabe decir que, durante estas sesiones, para poder hablarles de estos temas a los participantes, se utilizaron técnicas del psicodrama como son los cuentos, títeres, juegos de roles y juegos espontáneos. El psicodrama o bien “mente en acción”, pretende que el individuo pueda vivir el momento, soltar lo racional y volverse espontáneo, siendo la espontaneidad lo que se desea que el infante adquiera y así lograr que sea resiliente.

Análisis de la sesión 4.

Tanto en el psicodrama como en la tanatología infantil, los cuentos son una herramienta adecuada para poder hablarles de la muerte a los niños; en esta sesión, el cuento que se les leyó fue “Yo siempre te querré” de la autora Hans Wilhelm. Los participantes fueron Alonso, Yared, Ernesto, Yael y Mia, quienes identificaron aquello que han perdido y qué actividades realizan para no sentirse tristes por ello.

Alonso: Menciona que el perdió a su abuelito y a su abuela, así como también perdió una mochila con cosas de su mamá y un carro de juguete.

- Cuando él esta triste por las cosas que pierde abraza a sus peluches.

Ernesto: Menciona que le pone triste que su papá allá perdido a su mamá (su abuela).

- Cuando esta triste le gusta jugar con su dinosaurio.

Yared: Menciono que murieron sus peces y su tortuga, que los extraña mucho.

- Cuando esta triste ve la televisión.

Yael: Menciona que perdió a su abuelita, su mochila y sus juguetes.

- Cuando esta triste se pone a jugar con su hermanita.

Mia: Menciona que ella perdió sus dos peces, a su araña y a su bisabuelo.

- Cuando se siente triste por lo que perdió se pone a jugar o a dibujar.

Esta sesión, como se menciona, da respuesta al objetivo de la investigación y justifica que los infantes sí viven pérdidas como duelos y que estas son igual de importantes que los del adulto. La mayoría de los participantes menciona que perdieron familiares (abuelos) y mascotas, que estas van en relación con la muerte, así como la pérdida de cosas materiales. Es importante mencionar que cuando hablaban de perder juguetes, su expresión era neutra; sin embargo, cuando hablaban de la muerte de sus mascotas, mencionaban incluso que “los extrañaban mucho” y el tono de voz era más bajo de lo normal. Aunque el infante no exprese

sus pérdidas o duelos llorando, no quiere decir que no las viva y sienta. Algunas de las actividades que realizan los participantes para no sentirse tristes por esas pérdidas son jugar, dibujar o ver televisión. Es importante saber que los infantes en la mayor parte del tiempo no usan el habla para expresarse, sino mediante los símbolos, por lo cual se observa que los dibujos realizados por ellos en esta sesión contienen cruces, haciendo referencia a la parte religiosa, que es lo sociocultural o la manera en la cual se realizan los rituales del funeral. M.C. De Hoyos López menciona que “el duelo infantil es muy diferente del adulto; presenta una expresividad variable en cada niño y en cada edad. A menudo, la información que los progenitores proporcionan al niño sobre la muerte es escasa, tardía y equívoca. Además, suelen ocultar sus emociones negando el impacto de la muerte, en un intento fallido de proteger al hijo del sufrimiento, lo cual impide al menor expresar sus propios sentimientos y favorece la aparición de psicopatologías presentes y futuras”. (Hoyos, 2015); por lo tanto, la representación social que tenga el niño frente a la muerte es producto de lo que su institución familiar le proporciona, es por ello la importancia de que se incluya al infante en estos procesos y rituales. Otra institución importante es la educativa; de igual manera, sería apropiado que se les pudiera hablar a los infantes de estos procesos psicosociales como algo “normal”.

Análisis de la sesión 5.

En la sesión cinco se tuvo como objetivo realizar un dibujo de despedida y saber si el niño cuenta con red de apoyo. El realizar una carta de despedida o un dibujo es significativo; esto permite que el individuo pueda expresar aquello que no pudo decir en su momento y poder dar cierre a dicha situación. Existen otras técnicas del psicodrama para dar este cierre; sin embargo, por las edades trabajadas, es más apropiado un dibujo. Al realizar este dibujo de despedida, fue un poco complicado; se pudo observar un poco de resistencia por los participantes, mencionando que ya no querían recordar lo que habían perdido, por lo cual, en vez de despedirse, ellos realizaron un dibujo especial para sus familiares (abuelos), mascotas y juguetes. En esta sesión, los participantes fueron Yael, Yared y Mia.

Yael dibujó un abrazo para su abuelo, Mia dibujó un sol con lluvia, y Yared dibujó un arcoíris.

Por otro lado, nos interesa saber si los infantes cuentan con red de apoyo; al tener una, puede favorecer el proceso de pérdida y duelo, por lo cual se les preguntó a los participantes quiénes eran las personas que están con ellos cuando se sienten tristes, felices, enojados, etc. En su mayoría, mencionaron que cuando sentían estas emociones, quienes estaban con ellos eran sus papás, amigos y mascotas; sin embargo, Mia no logró identificar a una persona como red de apoyo; para ella, su red de apoyo son sus mascotas. Sin embargo, por las edades trabajadas, es importante que el infante pueda considerar a otra persona como red de apoyo y que le pueda proporcionar herramientas resilientes para afrontar estos procesos de pérdida y duelo.

Análisis general

Nos interesa ahora realizar un análisis general de las sesiones y el avance que hubo en el grupo, así como la importancia del psicodrama en esta intervención. Al inicio de las sesiones, como se mencionó, los participantes no podían vivir sus experiencias básicas, ya que la institución educativa lo delimitaba; sin embargo, en las sesiones posteriores se logró que el grupo empezara a ser espontáneo, compartiera y soltara lo racional. Se logró la integración de los niños en base a las actividades iniciales, que en el psicodrama se llama “caldeamiento”; de igual manera, en las actividades centrales nos ayudaron las siguientes técnicas, como son los cuentos y la dramatización de ellos; nos permitió que los infantes pudiesen compartir abiertamente lo que sentían y pensaban. La mayor parte de las actividades fueron realizadas en conjunto, esto con la finalidad de crear un espacio seguro y reforzar la unión del grupo. Uno de los cambios significativos al final de estas sesiones fue que pudieran considerar al grupo como “amigos” y yo como directora parte de su grupo. Aunque se tocaron temas “fuertes”, no hubo contingencia alguna; se pudo contener al grupo y que ellos vivieran la emoción de manera “favorable”, y así ayudando a que los infantes fueran espontáneos o bien resilientes. El tema abordado en la última sesión fue la calma, esto para dar una integración apropiada, en esta última sesión los participantes se veían más motivados, compartían más, realizaban las actividades con entusiasmo; al igual que al finalizar cada sesión, mencionaban que se iban felices.

Informe de satisfacción personal

Estas 10 sesiones con los infantes han sido muy satisfactorias; además, se lograron los objetivos de la intervención y los participantes pudieron integrarse de manera apropiada. En ocasiones, el realizar las sesiones era un poco complicado por las delimitantes de la institución; yo, como directora de las sesiones, experimenté sentimientos de incomodidad y frustración por no poder realizar una mejor intervención. Sin embargo, considero que el estar en este espacio me ha ayudado mucho, no solo como investigadora y estudiante, sino también como persona. Para mí, el haber trabajado con niños fue un desafío, pero logré integrarme rápido en su círculo social y formar parte de él. Considero que existe una empatía mutua y que mi intervención los favorece; lograron vivir sus experiencias básicas, poder ser espontáneos, ser vistos y a la vez adquirir herramientas resilientes. A pesar de las contingencias, me he sentido bien y alegre, de igual manera satisfecha de mi trabajo y entusiasmada; me siento feliz de trabajar con este grupo de niños. Así mismo, pude ver toda la teoría de mi formación académica aplicada en los grupos y poder realizar una comparación personal de cómo es trabajar con infantes y trabajar con adolescentes. Son dos grupos sociales en los cuales he realizado intervención con la metodología del psicodrama de Moreno, confirmando que “sí” es diferente, pero ninguno es más importante que el otro, justificando así que los niños sienten, viven y experimentan emociones, sentimientos, pérdidas y duelos.

Conclusiones

De acuerdo con esta investigación e intervención, llegamos a la conclusión de que el infante es un “todo integrado”, que tiene sus propias vivencias, experiencias y, sobre todo, vive sus propias emociones como sentimientos. Por lo tanto, refutando el estigma de que el niño es niño y que, por pertenecer a esa categoría, no sabe nada de lo que pasa a su alrededor, que lo único que le interesa es “jugar”; sin embargo, no es así, y sobre todo que el infante no tiene pérdidas ni duelos; esto es una representación social errónea que se tiene del niño. El infante sí vive pérdidas, sí tiene duelos, y sí, diferentes a los del adulto, pero no menos importantes, ni menos dolorosos. El niño no puede dimensionar la situación tal cual, como un adulto, pero la vive y la siente; no debemos dejar de un lado que es un ser humano. Moreno y Rispoli ven a la infancia como una etapa crucial, justificando que el cómo se vivan sus experiencias básicas en esta etapa tiene consecuencias para la vida adulta; las herramientas que el infante adquiera en su desarrollo infantil son las que pondrá en práctica ante cualquier situación o bien cuando se integre a la sociedad. Es necesario que se le reconozca al niño como otro, verlo como parte de la institución familiar, incluirlo en las decisiones y que sea parte de. En el caso de las pérdidas, apoyarlos, validar lo que están sintiendo, ser vistos y ser escuchados, darles un espacio seguro donde el infante pueda vivir sus experiencias básicas, así como también crear un vínculo cercano con él. Concluyendo así que las pérdidas y duelos no son ajenos a nadie, todos vivimos y experimentamos estas situaciones, no debemos minimizar las experiencias del otro.

Referencias

Adrián Triglia. (2016, noviembre 20). El psicodrama de Jacob Levy Moreno: ¿en qué consiste? Portal Psicología y Mente. <https://psicologiaymente.com/clinica/psicodrama-jacob-levy-moreno>

Bannister, Anne “Terapias creativas con niños traumatizados” – 1.a ed. Ediciones Lumen. Buenos Aires, Argentina. Pág. 20

Bermúdez, Edgar Alfonso Acuña. (2018). La infancia desde la perspectiva del psicoanálisis: un breve recorrido por la obra clásica de Freud y Lacan; Klein y los vínculos objetales. *Tempo psicanalitico*, 50(1), 325-353. Retrieved November 17, 2024, from http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-48382018000100016&lng=en&tlng=es

Clinica Galatea. (17 de Octubre de 2019). Obtenido de Clinica Galatea: <https://www.clinicagalatea.com/es/bloc/duelo/>

De Hoyos López, M. C. (2015). ¿ Entendemos los adultos el duelo de los niños. *Acta Pediatr Esp [revista en internet]*, 73(2), 27-32.

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

Freud, S. (1986). De la historia de una neurosis infantil. In Freud, S. [Autor], Obras completas, v. XVII. Buenos Aires: Amorrortú. (Original publicado en 1918)

Freud, Sigmund. "Duelo y melancolía" (1917 [1915]). En Obras completas, vol. xiv. Buenos Aires: Amorrortu, 2005.

Gaitán, L. (2006): Sociología de la infancia. Análisis e Intervención Social. Madrid: Síntesis (pp. 44-123)

Jaramillo, L., (2007). Concepciones de infancia. *Zona Próxima*, (8), 108-123.

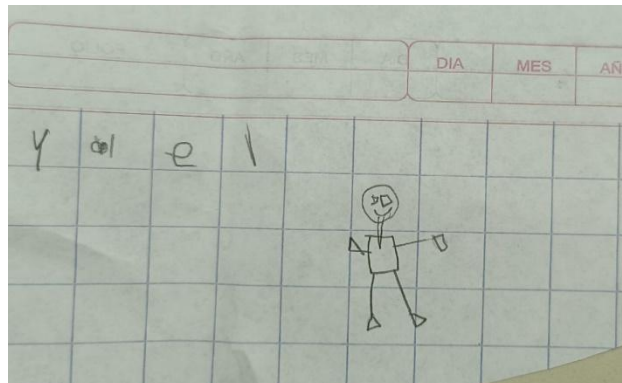
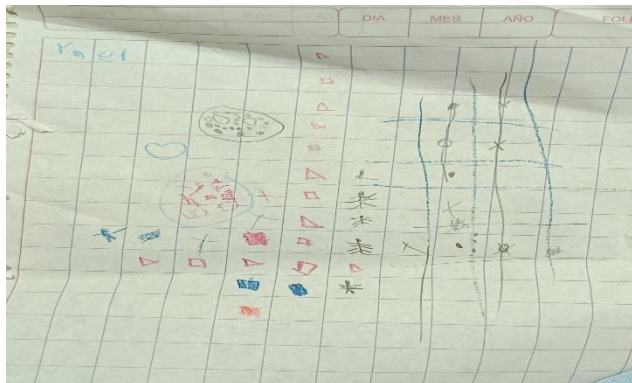
Julia Pascual. (s.f.). Obtenido de Julia Pascual: <https://www.juliapascual.com/duelo/>

Ledesma, Rosa Isabel García, Cabrera, Adrián Mellado, & Torres, Lilia Santillán. (2010). Pérdida y duelo infantil: una visión constructivista narrativa. *Alternativas en Psicología*, 15(23), 58-67. Recuperado en 27 de noviembre de 2024, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-339X2010000100007&lng=pt&tlng=es.

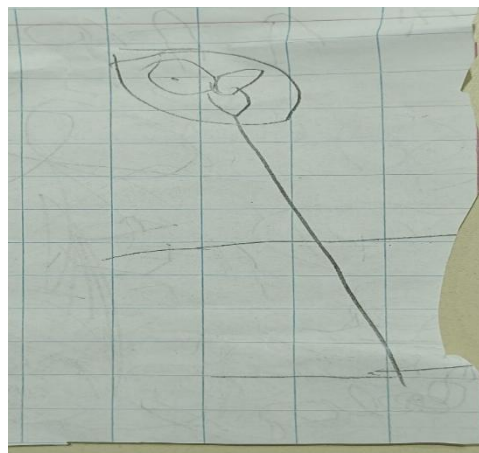
- Mora, Martin (2002). La teoría de las representaciones sociales de Serge Moscovici. Athenea Digital. <https://ddd.uab.cat/pub/athdig/15788946n2/15788946n2a8.pdf>
- Moreno, J.L. (1993). *Psicodrama*. 6ta. ed., Argentina: Lumen.
- Neimeyer, R. : Aprender de la pérdida. (2012) Barcelona, Ed. Planeta.
- Piaget J: El lenguaje y el pensamiento en el niño. Barcelona, Ed. Paidós: 1967, p. 50-93.
- Universidad Europea. (24 de Enero de 2024). Obtenido de Universidad Europea: <https://universidadeuropea.com/blog/duelo-infantil/>
- Vargas Solano, Rosa Elena. (2003). Duelo y pérdida. *Medicina Legal de Costa Rica* , 20 (2), 47-52. Recuperado el 10 de noviembre de 2024, de http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152003000200005&lng=en&tlng=es
- Walkerdine, V. s.f. Hay una multiplicidad de infancias. Entrevista con Inés Dussel. <https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/4871/514517%20infancia.pdf?sequence=1>
- ZAÑARTU S, CRISTIAN, KRÄMER K, CHRISTIANE, & WIETSTRUCK P, MARÍA ANGÉLICA. (2008). La muerte y los niños. *Revista chilena de pediatría*, 79(4), 393-397. <https://dx.doi.org/10.4067/S0370-41062008000400007>

Anexos

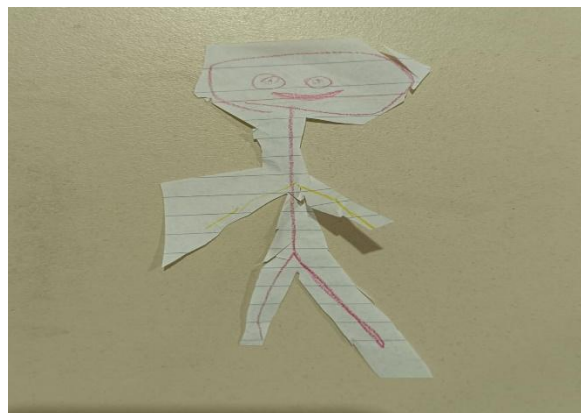
Sesión “1”, 7 de febrero del 2025- Presentación de los participantes.



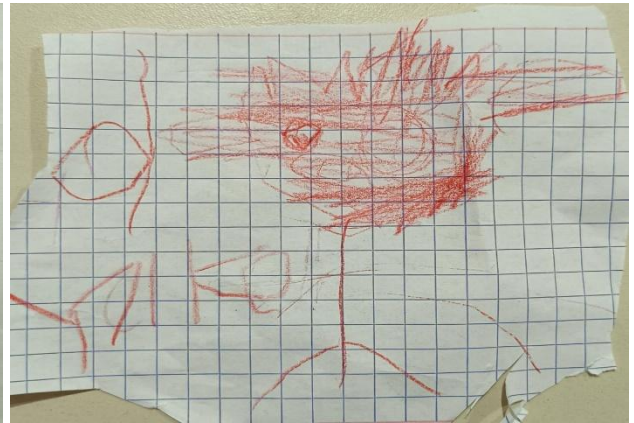
Dibujos realizados por Yael



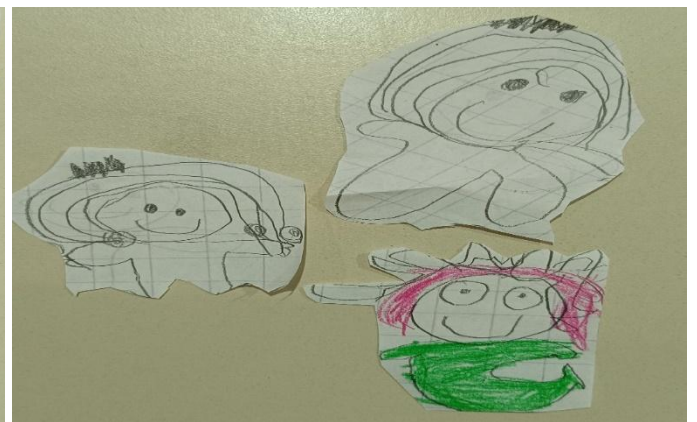
Dibujos realizados por Alonso



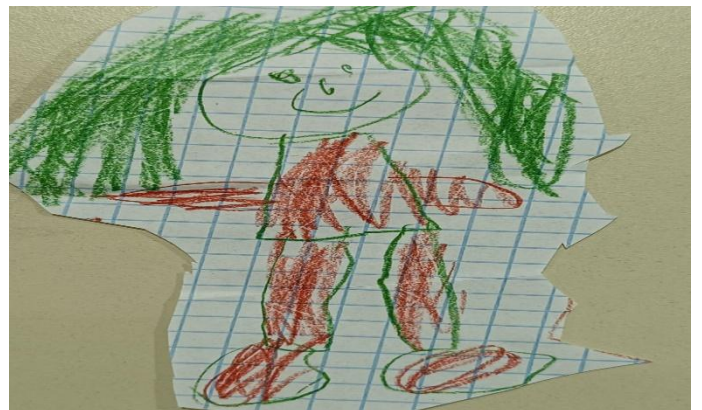
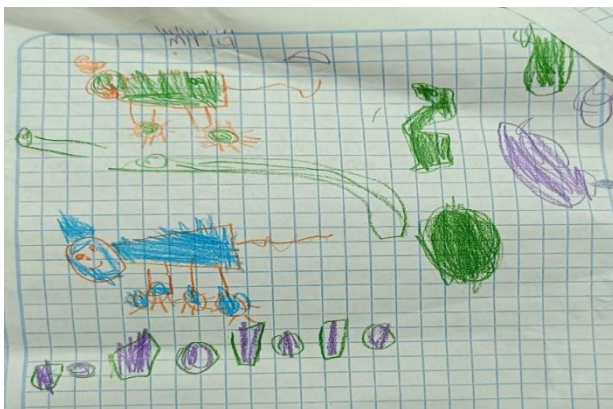
Dibujos realizados por Ernesto



Dibujos realizados por Yared



Dibujos realizados por Lía



Dibujos realizados por Mia.

Sesión “2”, 14 de febrero del 2025- Familia.



Dibujo realizado por Yael



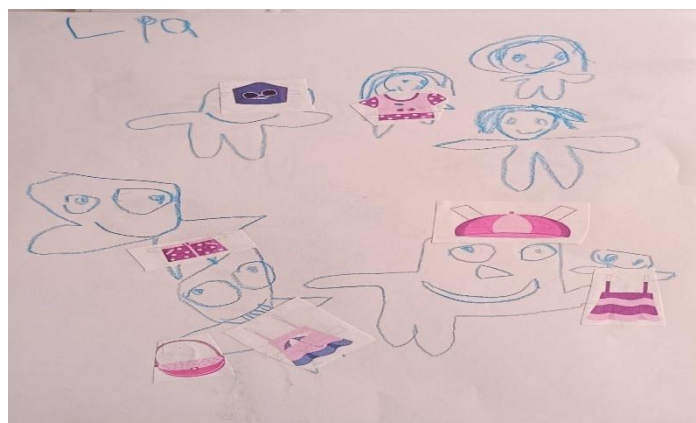
Dibujo realizado por Alonso



Dibujo realizado por Ernesto



Dibujo realizado por Yared



Dibujo realizado por Lía



Dibujo realizado por Mia

Sesión “3”, 21 de febrero del 2025- Tristeza.



Dibujo realizado por Alonso



Dibujo realizado por Ernesto



Dibujo realizado por Yared

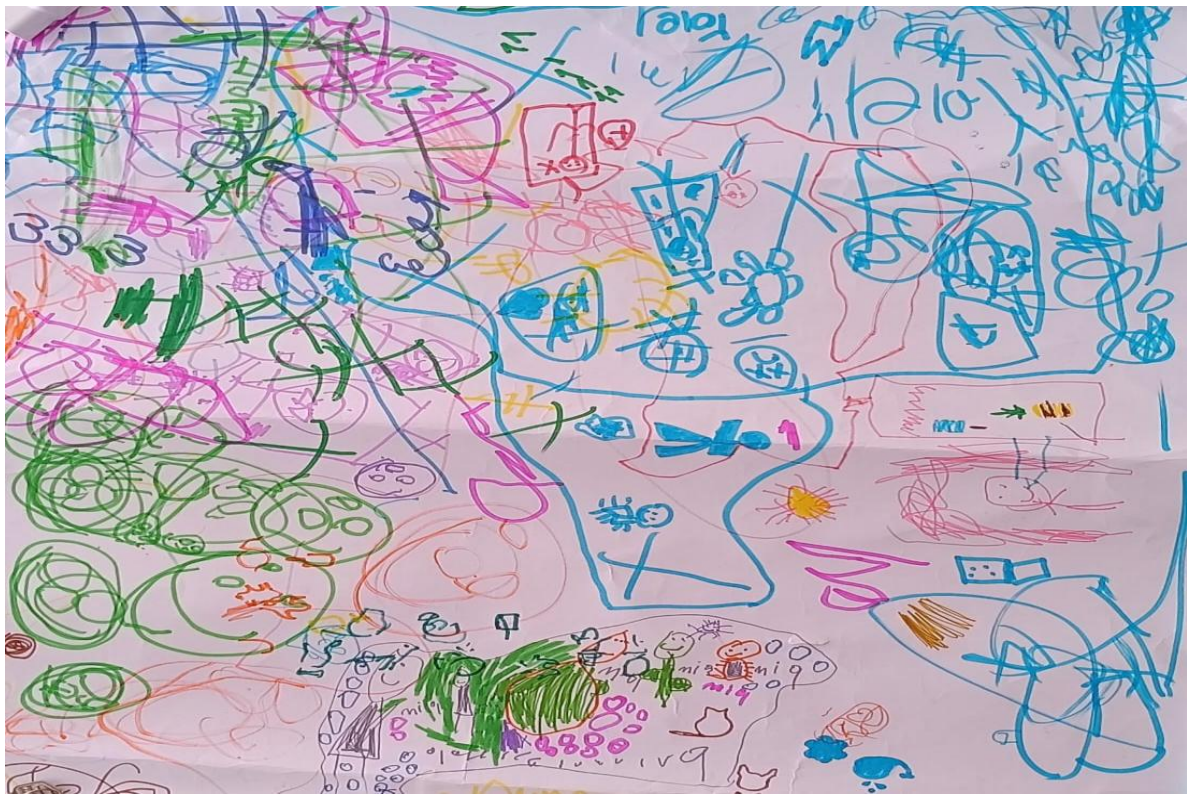


Dibujo realizado por Lía



Dibujo realizado por Mia

Sesión “4”, 7 de marzo del 2025- Perdida y duelo.

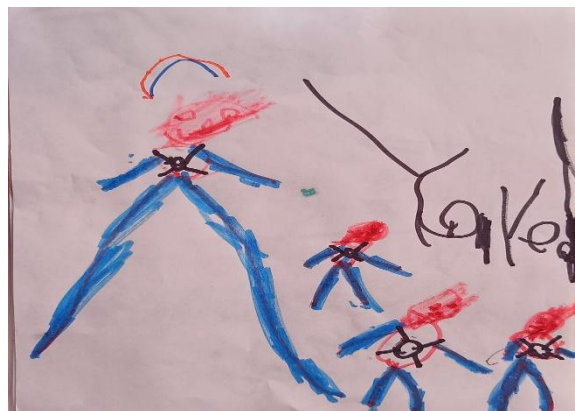


Dibujo realizado colectivamente por los participantes.

Sesión “5”, 14 de marzo del 2025- Despedida y red de apoyo.



Dibujos realizados por Yared



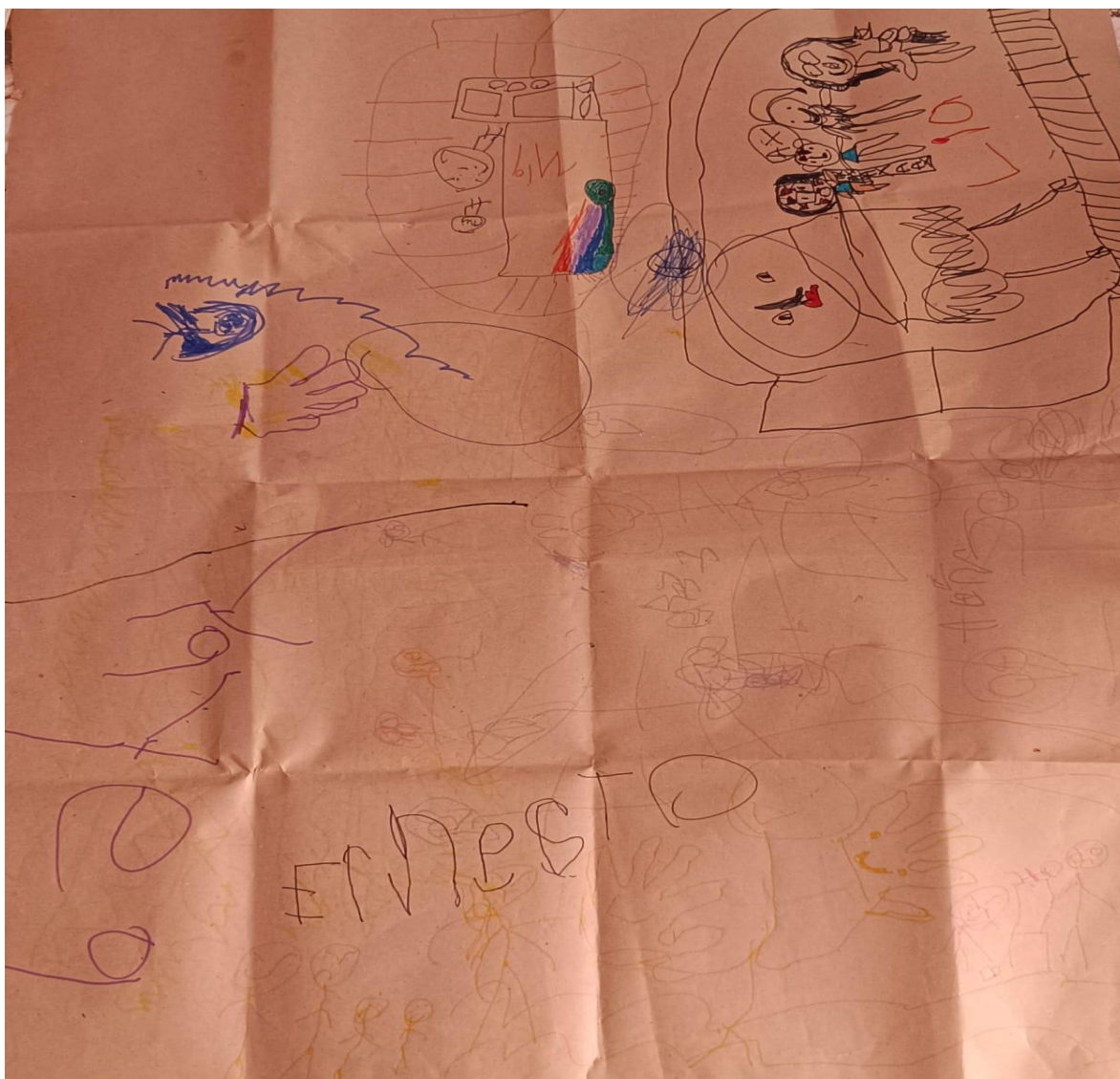
Dibujos realizados por Yael



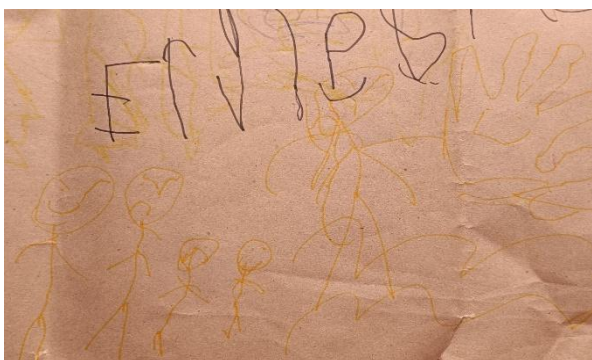
Dibujo realizado por Mia



Sesión “6”, 21 de marzo del 2025- Enojo.



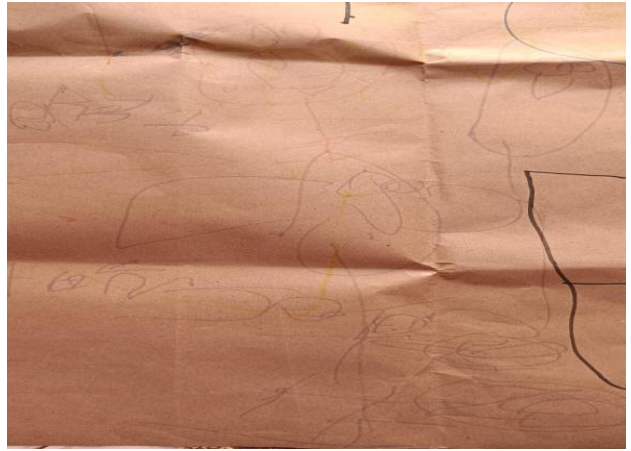
Dibujo realizado colectivamente por los participantes



Dibujo realizado por Ernesto



Dibujo realizado por Yared



Dibujo realizado por Alonso



Dibujo realizado por Lía



Dibujo realizado por Mia.

Sesión “7”, 28 de marzo del 2025- Felicidad.



Dibujo realizado por Yared



Dibujo realizado por Liam



Dibujo realizado por Alonso



Dibujo realizado por Mia



Dibujo realizado por Lía

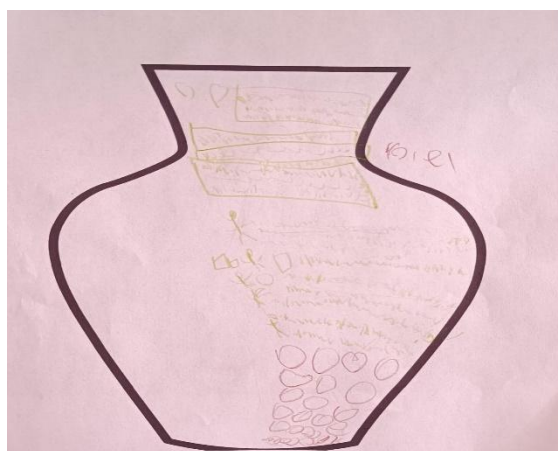


Dibujo realizado por Yael

Sesión “8”, 4 de abril del 2025- Amor.



Dibujo realizado por Yared



Dibujo realizado por Yael



Dibujo realizado por Alonso



Dibujo realizado por Mia



Dibujo realizado por Ernesto



Actividad realizada colectivamente

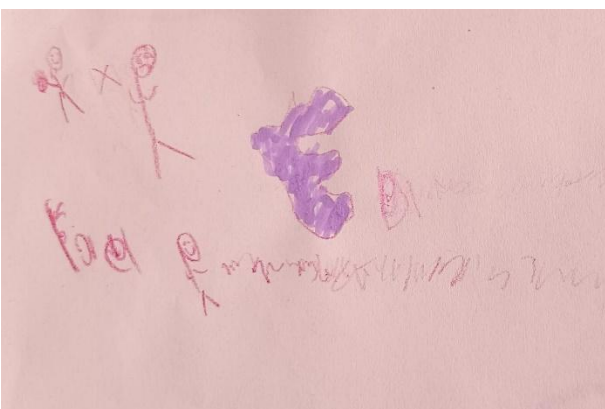
Sesión “9”, 11 de abril del 2025- Amistad.



Dibujo realizado por Liam



Dibujo realizado por Yared



Dibujo realizado por Yael



Dibujo realizado por Alonso



Dibujo realizado por Lía



Dibujo realizado por Lía



Dibujo realizado por Ernesto

Sesión “10”, 30 de mayo del 2025- Calma.



Actividad realizada colectivamente por los participantes