

PSICOPEDAGOGÍA DE LA FINITUD

De los 0 a los 24 meses:

Según Díaz (2004), un niño/a de 0 a 24 meses es lo que percibe. Hacia la décima semana de vida comienza a mirar más allá de su cuerpo y del de su madre. En la decimosexta semana es capaz de reconocer el rostro de su madre entre todos los demás rostros. Aparece una respuesta de precaución ante los extraños. Hasta este momento la pérdida de una persona, incluyendo la madre, no será percibida como pérdida para el bebé: Se encuentra concentrado en su propio cuerpo y no diferencia unas personas de otras. "Como todavía no tiene un sentido del tiempo, el bebé vive en el tiempo presente, la vida es presencia y la muerte ausencia" (Grieta y Agustín, 2009).

Ahora bien, desde el primer momento en este mundo, necesita la continuidad de sus rutinas y la seguridad de su alimento. Si en esta primera etapa se produce una muerte en la familia, acusará a los cambios en sus hábitos y reaccionará. Su reacción dependerá de su carácter. Podrá ser más tranquila y utilizará la estrategia de dormir. O más nerviosa, y no parará de lloriquear y moverse para ser atendido y calmado. En otra vertiente, se debe tener en cuenta que el duelo es un proceso que conlleva un gran dolor emocional para la persona que ha sufrido la pérdida. Asimismo, el bebé requiere gran atención emocional y es de esta manera, con cambios en la atención y la percepción emocional, que le afectará la pérdida. Los bebés se dan cuenta de las emociones de la madre y también manifiestan conductas como respuesta al duelo de los progenitores; así pues, puede estar más irritable, nervioso, demostrar malestar, llorar más de lo habitual.

A menudo los adultos los consideramos demasiado pequeños para entender lo que ha sucedido y es cierto, cognitivamente no pueden entender muchas cosas, pero sí las perciben y reaccionan ante las emociones de los otros y de lo que perciben. Estas expresiones son su forma de manifestar el proceso de duelo. Difícilmente en los primeros meses de vida la criatura habrá hecho un vínculo más allá del padre y la madre. La pérdida en teoría le afectará poco si el vínculo con la madre se mantiene. Hay que tener en cuenta, sin embargo, que cuando en una familia hay una pérdida significativa, se produce un cambio en todo el entorno y, como ya se ha dicho anteriormente, los bebés son muy sensibles al estado de ánimo y las emociones de los demás que, de rebote, muy probablemente, se notarán en las rutinas que les afectan directamente: horarios, pautas, atención, etc.

Posibles reacciones de duelo del bebé (0-24 meses)

Llanto. Trastornos del sueño. Trastornos de la alimentación. Conductas regresivas (chuparse el dedo, posturas fetales ...) Angustia ante la pérdida de la persona cuidadora. Mal humor. Rabieta. Búsqueda del ser amado y perdido, buscándolo con la mirada (expectación). Irritabilidad. Indiferencia.

De los 2 a los 6 años:

Según Díaz (2004) de los 2 a los 6 años, se da una gran revolución en el pensamiento infantil. El bebé en estos años de vida ha ido aprendiendo que es un ser en sí mismo,

que hay un mundo lleno de objetos y otros seres y ha establecido las bases de su carácter, las normas de relación con los demás y los elementos básicos para la comunicación.

En esta etapa aprende que los objetos y seres son permanentes, aunque él no los vea. Por este motivo el niño encuentra muy divertido y placentero cuando se juega al juego en el que el adulto se tapa la cara (desaparece) y se la destapa de repente (reaparece). No se cansa de jugar a este juego porque está aprendiendo que el objeto es permanente. También empieza a establecer relaciones de causa-efecto. Entender esto tiene unas implicaciones frente a la muerte. Y provocará la añoranza cuando no está con la madre y la necesidad de reencontrarse la. El niño la recordará y estará convencido de que ella debe volver y se desesperará cuando vea que no ocurre. Al inicio de su vida, el niño no entiende qué relación existe entre un objeto, el signo que lo representa y la palabra que lo identifica. La capacidad de establecer este vínculo se desarrolla a lo largo de la etapa de los 2 a los 6 años.

Primeramente, antes de los 2 años inicia la comunicación con balbuceos, gritos, palabras cortas, pero no tiene una intención de comunicar ni relaciona conceptos, sino que lo hará más adelante. La intención comunicativa se inicia alrededor de los dos años. Es cuando es capaz de relacionar su pensamiento con las palabras que ha aprendido. Une pensamiento y lenguaje. Las palabras son representativas de su pensamiento.

A partir de los dos años ya se puede hablar del concepto de muerte, a un nivel elemental. Solemos creer que los niños, en estas edades, son demasiado pequeños para comprender. En realidad, su comprensión no es como la de un adulto, pero sienten la pérdida y experimentan emociones igual que nosotros. Además de las diversas reacciones sobre cómo viven el duelo los niños de esta edad, una constante es la concreción de las preguntas que hace y, sobre todo, la repetición, que puede llegar a ser agotadora. Según Esquerda y Agustín (2009) es muy importante que se le responda siempre y del mismo modo, ya que es así como será capaz de llevar a cabo un proceso de elaboración de los acontecimientos.

En esta edad cuesta mucho entender la noción de irreversibilidad. Por ello, el fallecimiento para el niño es temporal, como ir de vacaciones o dormir. Para ellos el tiempo es circular y organizado por las rutinas diarias (desayuno, comida, merienda y cena y el año es una secuencia repetitiva de las estaciones). Por ello, para esta característica cognitiva, incluso cuando parezca que haya entendido que la persona amada no volverá, preguntará de nuevo, -¿Cuándo regresará?. Está comprobando la realidad, es un patrón normal de desarrollo que significa que está intentando asimilar lo que es real y lo que no lo es.

En esta edad, 2 a 6 años, están muy condicionados por cómo elabora el duelo el núcleo familiar. Toman como modelo sus progenitores y otros adultos cercanos y los imitan, porque ellos aún no conocen la manera de expresar el dolor.

También en esta etapa, el pensamiento es muy egocéntrico. Suelen creerse el centro de todo lo que pasa en el mundo, por lo que es muy frecuente que experimenten sentimientos de culpabilidad.

A los niños y niñas de 2 a 6 años a las que les cueste expresarse emocionalmente o por medio del habla, hay que observarlas sobre todo en el momento de juego. Es un momento que nos puede dar mucha información ya que se usa para exteriorizar y lo utilizan para elaborar un juego simbólico. Es un recurso importantísimo, ya que es el

centro de su actividad. Como educadoras, no podemos desaprovechar este recurso. Tiene un efecto catártico, así como también el dibujo.

Posibles reacciones de duelo del niño/a (2-6 años)

Falta de reacción. Llanto desesperado. Pregunta constante de cuando volverá el difunto. Miedo de preguntar. Miedo por el enojo o el llanto del adulto. Miedo a otra pérdida. Desesperación. Mecanismo de huir o abstraerse. Regresiones (enuresis nocturnas, chupar el dedo, no vestirse solo, no comer solo) ... Ansiedad para separarse del progenitor. Miedo a quedarse solo (habitación, aseo, dormir). Culpabilidad. Vínculo entre eventos irreales o deseos con situaciones reales (sin sentido y conexión aparente) Capacidad de juego y risa alternada con ratos de desesperación. Uso del juego como forma de expresión. Comprobación de la realidad. Establecen nuevos vínculos con personas cercanas, por ejemplo, la maestra.

De los 6 a los 8 años:

Según Díaz (2004) de los 6 a los 8 años es una etapa de cambios importantes en la mente infantil.

Desarrolla su capacidad intelectual y de razonamiento y tendrá un primer contacto con el que podemos llamar pensamiento científico. Es el momento en que los menores aprenden que las cosas tienen una causa real, no milagrosa, fantástica o mágica.

El niño de esta edad comienza a plantearse grandes cuestiones existenciales y filosóficas y busca las respuestas en un razonamiento más objetivo, más maduro. Aunque aún le cuesta distinguir en la práctica entre vivo y no vivo. Ya empieza a ser capaz de diferenciar entre la realidad y la fantasía y empieza a entender el carácter definitivo de la muerte. En cuanto a las relaciones interpersonales, se da la descentralización. A partir de los 6 años supera el egocentrismo anterior y va pasando hacia una concepción en la que los demás también existen con sus propios y variados sentimientos y motivos. Anteriormente no podía ponerse en el lugar del otro, mostraba dificultades empáticas, todo terminaba y comenzaba en sí mismo y en el que percibía. Ahora es cuando comienza a comprender la pluralidad.

A los 7 y los 8 años, el grupo de amistades comienza a tomar una importante relevancia y se toman como referentes los iguales; deviene muy importante ser uno más. La evolución cognitiva y de relación conlleva importantes cambios en la forma que el niño tiene de entender la vida y en su representación mental de la realidad y de rebote también conlleva variaciones en su concepto de muerte. A esta edad, entiende completamente el concepto de la muerte, lo que significa, y es capaz de entender la irreversibilidad del hecho. Pero a pesar de que cognitivamente está preparado para comprender la muerte como hecho, es posible que no pueda comprender lo que le supondrá en su vida. Es muy común que, en niños de estas edades, aparezcan los miedos.

A los 6 años un niño está convencido de que no morirá nunca, los 7 empieza a dudar, pero aún mantiene la esperanza y se niega activamente a creérselo y, finalmente, a los 8 años, ha alcanzado suficiente conciencia de sí mismo como ser humano para saber que él también morirá. Es a partir de este momento en que se entiende otra característica del concepto del morir, la universalidad (todo lo que está vivo muere).

Sus reacciones básicas al duelo ya se estructuran en torno a cuatro estados emocionales principales como en el adulto: tristeza, ansiedad, culpa y rabia.

Posibles reacciones de duelo del niño (6-8 años)

Negación. Idealización del difunto. Buscan la persona muerta. Bloqueo emocional. Falta de expresión emocional. Regresiones. Tristeza con llantos. Falta de ilusión. Desesperación. Ansiedad en forma de preocupaciones por el futuro. Miedos variados. Preguntas sobre el futuro. Inquietud. Culpabilidad y reproches hacia uno mismo y los demás. Rabia y trastornos de conducta. Explosiones de cólera. Despecho. Alteraciones en el rendimiento escolar. Falta de concentración, atención y pensamiento disperso. Confusión y desorientación. Problemas de memoria. Manifestaciones psicósomáticas (dolor de estómago, de cabeza, de cuello, nudo en la garganta, palpitaciones, cansancio, suspiros, falta de aire, dolor torácico, etc.). Alteración del sistema inmunitario. Asunción de roles que pertenecían al difunto. Percepción de la presencia de la persona desaparecida.

De los 8 a los 12 años:

Según Díaz (2004) entre 8 y 12 años van formando su pensamiento. Se alcanzan las últimas capacidades que posibilitarán el razonamiento con una lógica madura. Se alcanza la capacidad de comprensión de conceptos abstractos,, que al final de esta etapa ya estará plenamente desarrollada. Más tarde, en esta etapa, en la pre adolescencia, se está en un momento vital de alejamiento de la familia. Es una transición llena de complejidades, cambios y confusión. Lo que es común a todos los niños de esta edad es que tienen la necesidad de desarrollar su identidad. Dan mucha importancia a su grupo de iguales y ser aceptados.

Lo único que separa la mente infantil de la del adulto al final de esta etapa es que a los 12 años el niño aún no es capaz de conocer su propio proceso mental.

Las modificaciones y evoluciones en la capacidad mental infantil tienen importantes implicaciones en los conceptos de vida y de muerte, ya que a partir de ahora el niño entiende que los seres vivos son aquellos que están dotados de movimiento propio y ya les puede diferenciar los objetos que se mueven por movimientos inducidos. El concepto de muerte evoluciona, implica un proceso que ocurre en todo ser vivo y puede entender que puede afectar a personas que conoce y ama. Incluso él mismo puede morir, aunque muy allá en el tiempo. A lo largo de estos años despersonaliza la muerte, deja de verla como un personaje y comienza a entenderla como un concepto que supone el fin de las funciones biológicas y psicológicas de la persona. En esta etapa, el niño se encuentra inmerso en un estado emocional muy inestable y débil, ya que es una época en que la afectividad está a flor de piel, en contraste con momentos en que la expresión emocional será imposible, como en la pre adolescencia. Lo que los niños pretenden con todas las fuerzas es ser iguales que sus compañeros, que su grupo (en ropa, peinado, hábitos).

La muerte de un ser querido los hace diferentes y es un condicionante totalmente negativo. No quieren mostrarse débiles y la expresión de emociones es mucho más dificultosa. El duelo en esta etapa será más o menos difícil según la evolución personal previa y de relación que se tiene con la familia.

Posibles reacciones de duelo del niño (8-12 años)

Búsqueda de afecto y consuelo en su grupo de edad. Miedo a expresar el dolor, el llanto. Tristeza. Intento de reprimir el dolor. Dificultad para aceptar las propias emociones. Roles de adulto y de cuidadores. Agresividad. Intimidación de los demás. Rebelión. Irritabilidad. Miedo de la propia mortalidad y al desconocido. Alteraciones del sueño, de la alimentación. Falta de interés. Manifestaciones íntimas de la pérdida. Encerrarse

dentro de su mundo. Ansiedad. Culpabilidad. Rabia. Conductas transgresoras y desafiantes. Búsqueda de límites. Consumo de tóxicos. Sexualidad desatada.

De los 12 a los 14 años

Las características generales de estas etapas respecto a la muerte son la vulnerabilidad ante la pérdida de un ser querido. Pueden llegar a asumir el rol de personas adultas y esto no facilita el duelo. Necesitan el apoyo de las personas queridas y compañeros y compañeras para canalizar el duelo.

La pubertad, el período entre la infancia y la adolescencia, genera cambios psíquicos antes de que los físicos. Tienen poco control de sus emociones y dificultades para exteriorizarlas. Ya pueden elaborar sus hipótesis y teorías. Se pueden oponer a las personas adultas para reafirmarse. En la pre adolescencia puede darse la necesidad de alejamiento de la familia. Es una transición llena de complejidades, cambios y confusión. En esta etapa, el chicos y chicas se encuentran inmersos en un estado emocional muy inestable y débil, es una época en que la afectividad está a flor de piel. Tienen la necesidad de desarrollar su identidad. Dan mucha importancia a su grupo de iguales y ser aceptados. Necesitan ser iguales que sus compañeros, que su grupo (ropa, peinado, hábitos).

De los 14 a los 16 años

Etapa de adolescencia. Disponen de amplias fuentes de conocimiento sobre el tema de la muerte: internet, medios de comunicación, experiencias personales.

Sus reacciones afectivas son muy intensas y a veces ambivalentes y contradictorias. Pueden tener una gran dificultad para expresar miedos y ansiedades.

Se alcanza la capacidad de comprensión de conceptos abstractos, que al final de esta etapa ya estará plenamente desarrollada. Esto quiere decir que el significado de las palabras se entiende tal como en el mundo adulto.

Están viviendo grandes cambios a nivel personal, con la pérdida de la infancia, emocional, social y física y con la pérdida de la imagen corporal.

Es muy habitual que se cierren en las propias aficiones y que se manifiesten poco en familia, ya que dan más importancia al grupo de amigos porque creen que nadie podrá comprenderlos mejor.

A lo largo de toda esta etapa pueden interesarse por los "misterios de la vida". Por primera vez su interés puede centrarse en entender qué pasa "más allá de la muerte".

Posibles reacciones de duelo del niño (12-16 años)

Retraimiento y aislamiento social. Pérdida de interés por las actividades. Malestar físico. Conductas disruptivas o agresivas. Pensamientos suicidas. Rabia. Conductas transgresoras y desafiantes. Búsqueda de límites. Consumo de tóxicos. Sexualidad desatada.

"El duelo, época de mucho sufrimiento, necesita ser comunicado y trabajado para ir elaborando y reconstruyendo nuevos vínculos, ya que la pérdida ha producido en el individuo una parada en la cotidianidad. Aplazarlo, esconderse, puede crear aún más sufrimiento y en situaciones difíciles o complejas que conlleven pérdida de equilibrio personal, puede aflorar con más fuerza aún, lo que puede prolongar el dolor y dificultar la contención ". (Esquerda y Agustín, 2009).

Cristina Vallès Orianne

Bibliografía citada y de referencia

DIAZ, I. (2004). *Y ahora, ¿dónde está? Cómo ayudar a los niños y los adolescentes a entender la muerte*. Barcelona: Oxígeno Viena Ediciones.

ESQUERDA, M. AGUSTIN A.M. (2009). *El niño y la muerte. Acompañar a los niños y los adolescentes en la pérdida de un ser querido*. Lleida: Pagès Editors.

HERRÁN, A. DE LA Y CORTINA, M. (2008). *La muerte y su didáctica en Educación Infantil, Primaria y Secundaria* (2ª ed.). Madrid: Universitas.

KROENEN, W.C. (2002). *Como Ayudar a los niños a afrontar la Pérdida de un ser querido*. Barcelona: Ediciones Paidós.

KÜBLER-ROSS, E. (1999). *Los niños y la muerte*. Barcelona: Luciérnaga.

NOLLA, A. (2000). *Pedagogía de la vida y de la muerte: Herramientas de acción tutorial y propuestas didácticas para la Educación Primaria* (licencia retribuida, modalidad B3 del Departamento de Educación de la Generalidad de Cataluña)
<http://www.xtec.cat/sgfp/licencias/199900/memories/anolla.pdf>

PALOL Y RIBAS, Irene (2013) *Trabajamos la muerte y el duelo en la escuela, actividades para trabajar la muerte en el aula de CI*
<http://www.xtec.cat/sgfp/licencias/199900/memories/anolla.pdf>

POCH, C., HERRERO, O. (2003). *La muerte y el duelo en el contexto educativo: Reflexiones, testimonios y actividades*. Barcelona: Paidós.

ROJAS, S. (2008). *El manejo del duelo. Una propuesta para un nuevo comienzo*. Barcelona: Edigrabel.