

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DE ENVIGADO
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

**PROCESO DE AFRONTAMIENTO DE
DUELO QUE LLEVO A CABO UNA
MUESTRA DE PSICOTERAPEUTAS EN EL
VALLE DE ABURRA**

CLAUDIA PATRICIA ESCOBAR OSORIO

ASESORA

OLENA KLIMENKO



2018

**PROCESO DE AFRONTAMIENTO DEL
DUELO EN UNA MUESTRA DE
PSICOTERAPEUTAS EN EL VALLE DE
ABURRA.**

Hoja de aceptación

Firma del presidente del jurado

Firma del jurado

Firma del jurado

Envigado, agosto de 2018.

DEDICATORIA

Este trabajo va dedicado a mi familia por ser el pilar fundamental en lo que soy. A todas aquellas personas que intervinieron directa e indirectamente en mi educación, tanto académica, como de vida, por su incondicional apoyo a través de todo este camino.

Para mis hijos quienes lograron despertar en mí el espíritu de lucha, de tenacidad y fortaleza a Sara y Juan mí más hermoso tesoro, les dedico mi triunfo.

AGRADECIMIENTO

Le agradezco a Dios por haberme ayudado a superar muchos obstáculos a lo largo de este camino, por aprender de ellos y seguir adelante.

Gracias a mi familia por haberme inculcado valores suficientes para formar este ser que soy, a mi madre por mostrarme que luchando se logran las mejores cosas, mis hermanos por darme fuerzas, mis sobrinos por quererme y sobre todo para ellos, mis hijos por ser parte fundamental de mi vida y representar la fuerza, la fe, el amor y la tolerancia que día a día me dieron, los que a mi lado vivieron las luchas incansables, quienes con su mirada me daban ánimos de seguir hacia mi meta de no morir en el intento y lograrlo.

Gracias a todos aquellos que colocaron un granito de arena en este camino tan largo que recorrí, a ti Felipe por ayudarme dándome su mano para levantarme cuando sentía desfallecer, y sobre todo gracias aquellos que estuvieron incondicionalmente en mí proceso.

Gracias a mis maestros por guiarme y enseñarme esta hermosa profesión.

Gracias por estar en mi vida.....

ÍNDICE GENERAL

	Pág.
DEDICATORIA.....	4
AGRADECIMIENTO.....	5
GLOSARIO.....	9
RESUMEN.....	11
ABSTRACT.....	12
INTRUDUCCIÓN.....	13
DESARROLLO.....	15
1.-Planteamiento del problema.....	15
2.- Justificación.....	19
3.- Objetivos.....	21
3.1.- General.....	21
3.2.- Específicos.....	21
4.- Marco referencial.....	22
4.1.- Antecedentes.....	22
4.2.- Marco Teórico.....	27
4.2.1.- Duelo.....	32
4.2.2.- Fases del duelo.....	36
4.2.3.- Maneras de ver el Duelo.....	37
4.2.4.- Modelos fenomenológicos y existencialistas.....	40
4.2.5.- Afrontamiento.....	41
4.2.6.- Según Jiménez & Fernández (2010) Las siguientes son las estrategias de afrontamientos más comunes.....	42
4.2.7.- Los autores (Jiménez & Fernández, 2010) Destacan los siguientes estilos de afrontamiento.....	43
5.- Diseño Metodológico.....	45
5.1.- Enfoque: Cualitativo.....	45
5.2.- Nivel investigativo: Descriptivo.....	46
5.3.- Método investigativo: Fenomenológica.....	47
5.4.- Instrumentos de recolección de información.....	47
5.5.- Rastreo documental.....	48
5.6.- Muestra.....	48
5.7.- Técnicas e instrumentos de recolección de la información.....	48
5.8.- Impacto y resultados obtenidos.....	51
5.9.- Compromisos y estrategias de comunicación.....	51
5.10.- Aspectos éticos del estudio.....	52
6.- Resultados.....	54

7.-Discusión de los resultados.....	68
8.- Conclusiones.....	71
9.- Recomendaciones.....	72
10.-Referencias Bibliográficas.....	73
11.- Anexos.....	76

ÍNDICE DE CUADROS E IMAGENES

	Pág.
Cuadro 1: <i>Etapas del duelo</i>	35
Cuadro 2: <i>Etapas del duelo, según diferentes autores</i>	36
Cuadro 3: <i>preguntas realizadas a psicoterapeutas, ordenadas por categoría</i>	49
Cuadro 4: <i>Resultados obtenidos de los casos estudiados. (Respuestas a las preguntas problemas)</i>	54
Cuadro 5. <i>Análisis de los resultados obtenidos. Análisis individual de los entrevistados</i>	67
Imagen 1. Instrumento de medición.....	77

GLOSARIO

Estrategias de afrontamiento: Conjunto de esfuerzos tanto cognitivos como conductuales orientados a resolver un problema y reducir o eliminar la respuesta emocional que dicho problema genera.

Duelo: Proceso natural que se da en respuesta a una pérdida significativa, la cual se puede manifestar de múltiples maneras, ya sea física, emocional y comportamental entre otras.

Depresión: Refiere a una sensación de malestar, mal estado del humor, manifestaciones de tristeza, poca tolerancia a la frustración, actitud negativa que afecta su conducta y su entorno.

Muerte: Fin de la vida, Pérdida definitiva de las funciones corporales. Palabra derivada del latín Mors, Mortis, Morte.

Apego: vinculación afectiva intensa, duradera, que se desarrolla y consolida entre dos individuos, por medio de sus interacciones recíprocas, y cuyo objetivo inmediato es la búsqueda y mantenimiento de proximidad.

Adaptación: Proceso de acomodación al entorno, al medio y a los cambios de este.

Afecto: Patrón de comportamientos observables de la expresión de emociones experimentados subjetivamente ante un individuo, animal o cosa.

Culpa: Es un estado afectivo en el que el individuo experimenta conflicto por haber hecho algo. Que cree no debió hacer o por el contrario por algo que no hizo, es una forma de cólera que se vuelve contra el sí mismo.

Desapego: Es un estado en el que un individuo puede superar su lazo de unión al deseo por personas y objetos, consiguiendo así una tranquilidad e independencia del sí.

RESUMEN

Este trabajo: Proceso de afrontamiento del duelo en una muestra de Psicoterapeutas, busca mostrar como los individuos con conocimiento en la teoría de la psicología afrontan de diferente manera el duelo. Durante el duelo se pasan por diferentes fases, en las iniciales se atraviesa por el reconocimiento de la pérdida, liberación de cargas y por último la aceptación de la misma. En cada etapa del duelo las personas pueden o no frenarse a una superación, esto dependerá directamente a como manejen las emociones vividas y a las personalidades de los afectados. Se estudiaron 6 casos en donde se evaluó /principalmente cómo cada psicoterapeuta sobrellevo y manejo su pérdida. Para tal objetivo se apoya en una investigación de enfoque cualitativo, nivel descriptivo y empleando un método multicaso.

Palabras claves: Estrategia, afrontamiento, duelo, pérdida, emoción.

ABSTRACT

This work: Duel coping process in a sample of psychotherapists, look to show how individuals with knowledge in the theory of psychology face the duel in different ways. During the duel they go through different phases, in the initials it is crossed by the recognition of the loss, release of charges and finally the acceptance of it. In each stage of the duel people can or can not stop themselves from overcoming, this will depend directly on how they handle the emotions lived and the personalities of those affected. Six cases were studied in which it was mainly evaluated how each psychotherapist coped and managed their loss. For this purpose, it is based on a qualitative approach research, descriptive level and using a multi-use method.

Keywords: Strategies, coping, duel, loss, emotion.

INTRUDUCCIÓN

Esta investigación titulada “Proceso de afrontamiento del duelo en una muestra de psicoterapeutas “del valle de Aburra” pretende describir el duelo, que es la reacción ante una situación de dolor emocional, ante una pérdida de un ser querido, que nos desajusta nuestro día a día. Por tal razón el presente trabajo se centra en explicar cómo los psicólogos terapeutas afrontan las pérdidas, sensaciones experimentadas y cuál era la reacción ante dicho suceso al que se vieron expuestos en el transcurso de su vida profesional.

En este se puede evidenciar las diferentes formas de duelo sus estrategias de afrontamiento y la forma del desarrollo del duelo según su ideología o creencia.

El afrontamiento depende de un entorno, de una historia y de una experiencia de vida que pueden llegar a dar más fortaleza o debilidad a cada individuo según sus vivencias. Muchos individuos sobrellevan estas experiencias de diferentes maneras, bien sea por apoyo religioso, como médico terapéutico; la ayuda terapéutica siempre es un apoyo muy recurrente para sobrellevar un duelo, los psicoterapeutas tienen el objetivo de ayudar a un individuo a superar y enfrentar estas situaciones, ya que poseen las herramientas teóricas y prácticas para ello. Es esto fundamental en el proceso para que pueda llegar a desarrollar habilidades que permita ayudar a pacientes que consulten por pérdida de un ser querido.

Según la literatura, los psicoterapeutas tienen las habilidades teóricas y prácticas para servir de apoyo y soporte a otros ante situaciones emocionales de diferentes índoles, pero que pasaría si el psicoterapeuta es la persona afectada, existe de alguna manera autocontrol y autoevaluación en ellos que ayude afrontar estas emociones. En muchos casos, algunos terapeutas utilizan

estrategias aplicadas a sus pacientes para sobrellevar estas pérdidas de una manera más tranquila y positiva.

Por otra parte, ¿estas herramientas y habilidades que poseen los terapeutas para sus consultantes realmente podrían o no ser empleadas para ellos mismos?, esta es una interrogante que surge, aunque existe literatura que plantea relaciones entre terapeuta-paciente, y como esta relación puede influir en algunos de los comportamiento y emociones de los terapeutas, no existe algo completamente concreto en cómo estos terapeutas acarrean con sus problemas y aflicciones en su día a día, ni mucho menos que tan manejable son las emociones para ellos mismos.

En donde se pudo concluir, principalmente, que los psicoterapeutas dependen mucho de la interacción y estrategias que emplean con sus pacientes en sus pérdidas, para posterior auto evaluarlas y aplicarlas en ellos mismos, es decir, la manera en que los psicoterapeutas manejan el duelo está estrechamente relacionado con el cumulo de experiencias vividas junto con sus pacientes, aplicadas de manera sana y equilibrada.

DESARROLLO

1.- Planteamiento del problema.

“Cada uno de nuestros duelos es único, personal e irrepetible, son parte de nuestro crecimiento, el dolor del duelo es la renuncia forzada a algo que hubiera preferido seguir teniendo” (Bucay, J., 2006., p.7).

El duelo, se constituye como un proceso psicológico generalmente ajeno a la consciencia, que es vivenciado y resulta importante para la vida del sujeto, tanto como el acto que lo genera. Se encuentran implicados varios aspectos ya que el ser humano es un ser social, y esto hace la necesidad de interactuar con otras personas, las cuales generan vínculos afectivos con el otro. Este vínculo que por elección se genera, lleva con el tiempo a generar proyectos de interés mutuo. El duelo, se vivencia como una experiencia dolorosa para aquel que tiene la pérdida, es una reacción normal ante ésta, ya que el proceso del duelo genera desgaste físico, emocional y mental. Teniendo en cuenta que dicho duelo se genera de forma diferente en cada terapeuta. No obstante, siempre se estará frente a una necesidad de realizar un trabajo de proceso de aceptación indiferente si es o no profesional, ya que debe aceptarse la realidad, la adaptación a las circunstancias y reubicación emocional para así tener una forma de vida sana donde se elabore el duelo.

Existen muchos tipos de pérdidas y duelos, y no siempre se relacionan con la muerte. Las pérdidas físicas se pueden dar de muchas maneras, amorosas, anticipadas por enfermedad, accidentales, entre otras. Todo lo que nos lleva a una pérdida trae un duelo. Es importante tener en cuenta que las preguntas por el duelo son inexorablemente inherentes al ser, ya que todos

sentimos el deseo personal de la eternidad, de perpetuar la individualidad, de preservar el equilibrio y así llegar a mantener la seguridad personal.

Para sobrellevar un duelo, existen muchas estrategias de afrontamiento, herramientas que el individuo utiliza para manejar, reducir, dominar y tolerar las demandas externas e internas que aparecen, y el malestar que en ambas puede sentir. Estas estrategias de afrontamiento requieren de un esfuerzo cognitivo y conductual, para poder identificar esos elementos que dan pie al desequilibrio entre el individuo y su entorno (Halstead et al., 1993, p. 36).

Así mismo se debe tener en cuenta: “Estilos de afrontamiento, son aquellas predisposiciones personales para hacer frente a diversas situaciones y son los que determinarán el uso de ciertas estrategias de afrontamiento, así como su estabilidad temporal y situacional. Por su parte las estrategias de afrontamiento son los procesos concretos y específicos que se utilizan en cada contexto y pueden ser cambiantes dependiendo de las condiciones desencadenantes” (Fernández-Abascal et al., 1998, p. 58).

Freud reaviva la atención médico-científica cuando le presta atención a los procesos del duelo para el desarrollo psicológico del individuo. En 1914, publico *Duelo y Melancolía*, obra principal donde explica el duelo como una reacción habitual a la pérdida de un ser amado o de una abstracción asumida en su lugar, como lo es: La patria, un ideal, la libertad, entre otras. Es así como en otros individuos en lugar del duelo, melancolía. Así establece un modelo de duelo creado por la depresión, la melancolía, donde las relaciones con los otros, con los “objetos”, sería lo fundamental de la pérdida que se vive con el duelo. De otro lado psicoanalistas insistían en la idea y se obtienen avances acción de a la teoría analítica en el proceso el suelo. Estos serían Klein quien profundizo en los avatares intrapsíquicos del duelo y los procesos en esté.

Bowlby, amplía el proceso aplicándolos al campo etológico, antropológico en su trilogía, Attachment and loss (1969 – 1972 – 1980). Como resultado de sus estudios sobre múltiples fuentes, en particular sobre pérdida afectiva, donde postuló el esquema de la triada de la pérdida: protesta, desesperanza, desapego o depresión (1980 – 1993). Esta muestra en (1983) que los individuos sufren en algún momento un grado de duelo tras una pérdida. Es así como el duelo puede concebirse como un grupo de reacciones emocionales y conductuales que dan lugar tras la pérdida de algo o alguien especialmente significativo.

Tizón, con su modelo de duelo bio-psico-social, en su monografía la cual publicó en 2004. La cual título pérdida, pena, duelo. Vivencias, investigaciones y asistencia, este brinda una extensa y profunda vista sobre el duelo. Relata que los procesos de duelo han de entenderse como fenómenos que cortan o alteran patrones de vinculación establecidos; altera el mundo interno: Recuerdos, vivencias, relaciones interiorizadas, experiencias, y alteran por un tiempo determinado, las capacidades y expresiones. Se expresa y se argumenta a un nivel psicosomático, se expresa y se apoyan a nivel sociocultural.

Es así como cada situación vivenciada por cada psicoterapeuta implica un proceso y su elaboración. La pérdida genera emociones, representaciones mentales y conductas vinculadas con lo afectivo, frustraciones o dolor. Y llegar a identificar como los terapeutas trabajan en su propio proceso y llegan a una aceptación de la misma, o quizás este proceso se complica y causa un conflicto en el desarrollo del duelo del terapeuta, por su conocimiento es necesario que él intervenga en la elaboración de dicho proceso, también la aceptación de que otro igual lo trate para llegar a elaborar la problemática que lo aqueja.

Con base a los aspectos mencionados a lo largo de este estudio se enuncia la siguiente interrogante:

¿Cómo es el proceso de afrontamiento de duelo que llevo a cabo una muestra de psicoterapeutas en el valle de Aburra?

2.- Justificación.

El dolor y sufrimiento causado por la pérdida de un ser amado es una experiencia estresante y difícil de aceptar (Echeburúa y Herrán, 2007). En la actualidad tendemos a negar la muerte como si fuese ajena a la vida (Díaz y Rolla, 2006), siendo que la vida misma es atravesada de forma irreversible por ésta.

Las estrategias y herramientas empleadas para sobrellevar el duelo dependerán del tipo de duelo y de los factores de personalidad de las personas afectadas. Durante las últimas décadas se han publicado mucho referente a diferentes tareas planteadas de como sobrellevar el duelo, una de las más comunes son el aferrarse a creencias religiosas y la asistencia clínica; cuando nos referimos a asistencia clínica nos referimos a la asistencia y ayuda emocional por parte de terapeutas. La terapia de duelo hace referencia a la forma de psicoterapia que tiene el objetivo de ayudar a un individuo a enfrentar y superar una pérdida, principalmente de un ser querido, de una manera saludable.

Todo lo anterior indiscutiblemente influye en el duelo que se realiza por la pérdida de un ser querido. Dicha pérdida, es un acontecimiento doloroso e inevitable que será enfrentado por cada ser humano en algún momento de la vida y a pesar de ser la muerte un proceso natural, cada sujeto elabora el duelo desde su singularidad. Para algunos el proceso de duelo tendrá su fin con la nueva aceptación de la realidad tanto interna como externa, pero para otros el trabajo del duelo no los llevará directamente a la recuperación del mundo interno, y todo aquello que designamos con el termino Yo, resultará dañado en mayor o menor medida (Tizón, 2004).

Con el fin de conocer la otra cara de la psicología, es decir, conocer los diferentes procesos que emplean los psicoterapeutas para sobrellevar sus duelos y manejo de emociones, el

siguiente trabajo se centró en realizar entrevistas estructuradas a una población de psicoterapeutas del Valle Aburra para conocer el manejo de emociones y herramientas de afrontamiento de duelo empleadas por este panel de especialista ante una pérdida de un ser querido. Se trata de un tema tabú que mueve los cimientos de la vida de aquellas personas que sufren tal pérdida; el fallecimiento de un ser querido parece relacionarse con lo sagrado, incluso con lo innombrable: "... no tiene que ser nombrado evitando así que suceda lo temido." (Díaz y Rolla, 2006, p. 82).

Esta investigación no busca dar respuesta a interrogantes fisiológicos o caer en debates sobre los beneficios o no de caos y el crecimiento personal que pueden llegar a evocar, pero si pretende entender el proceso del duelo en los Psicólogos terapeutas ya que este aunque tiene conocimiento es un ser humano y es inherente al ser. El tema propuesto por la investigación ha sido hasta el momento poco estudiado (Díaz y Rolla, 2006), por lo que se espera, a través de la misma, contribuir al desarrollo de posteriores investigaciones con el objetivo de generar mayor conocimiento y abrir nuevas líneas de investigación al respecto potenciando el tratamiento y apoyo a dichos psicoterapeutas, puesto que la asistencia psicológica ante una pérdida de tal magnitud constituye un factor facilitador en la elaboración del duelo. (Kreicbergs, Lannen, Onelov y Wolfe, 2007). A pesar del bagaje de literatura científica que hay en relación al duelo que supone la pérdida en un psicoterapeuta, se hacen necesarias más investigaciones sustentadas en metodologías cualitativas para buscar hallazgos acerca de la visión que del fenómeno tienen las personas que lo sufren y teniendo en cuenta el contexto socio-cultural en el que viven. (Bosque, et al, 2010, p. 65)

3.- Objetivos.

3.1.- Objetivo General.

Describir el proceso de afrontamiento de duelo que llevo a cabo una muestra de psicoterapeutas en el valle de Aburra.

3.2.- Objetivos específicos.

- Nombrar las estrategias de afrontamiento de duelo que utilizó una muestra de psicoterapeutas en el valle de Aburra.
- Exponer las representaciones subjetivas que manejaron los psicoterapeutas referentes a la re-significación y comprensión del duelo causado por pérdida.

4.- Marco Referencial.

4.1.- Antecedentes.

Algunos de los antecedentes encontrados no son especialmente de los procesos de afrontamiento de duelo en los psicólogos terapeutas, son investigaciones del duelo en cada una de las posibles causas de pérdida en el ser humano.

Titulo:

Causas y Caracterización de las Etapas del Duelo Romántico

Elaborado por Rozzana Sánchez Aragón, Rebeca Martínez Cruz. (2014)

Resumen:

Aun cuando la experiencia romántica trae al individuo sensaciones agradables, perder al ser amado acarrea sentimientos de dolor, desesperación y enojo ante la decepción de afrontar una realidad en la cual las expectativas que habían sido colocadas en la ex pareja no resultaron posibles (Argyle y Furnham, 1983). Durante el duelo romántico, el individuo puede vivir bajo el tormento de la esperanza del retorno y por ende, la constante reactivación de emociones dolorosas (Zaragoza-Toscano, 2007). Para evaluar el curso que sigue el proceso de duelo en quienes han terminado una relación romántica, se aplicó a 833 participantes la Evaluación Tridimensional de Duelo Amoroso (Sánchez-Aragón y Retana-Franco, 2012). Se identificaron cuatro etapas: Negociación, Hostilidad, Desesperanza y Pseudo-Aceptación, las cuales se ven apoyadas por planteamientos teóricos anteriores. Se encontraron además diferencias en cuanto a su experiencia a partir de la causa del rompimiento, que señalan que quienes terminaron el

vínculo a causa de infidelidad presentaron mayor hostilidad y desesperanza en comparación con otras razones como los desacuerdos o la falta de tiempo.

Titulo.

Causas de separación conyugal en padres de estudiantes del instituto Alberto Merani.

Elaborado por Fabián Estaban Guerrero Herrera y Mónica Liliana Pulido Beltrán. (2007)

Resumen:

El presente trabajo fue realizado en la ciudad de Bogotá; su objetivo principal es caracterizar las causas de separación de las parejas, padres de los estudiantes del instituto Merani a partir de sus percepciones. Para su desarrollo fue elegida una población de 84 padres de familia, pero solo devolvieron el instrumento 44 de ellos, al analizar los resultados se presentó la siguiente información: Las causas más frecuentes de la separación de las parejas en orden de mayor a menor relevancia son la violencia, infidelidad, irresponsabilidad, adicciones, desenamoramiento, problemas económicos y sexuales.

Titulo:

Afrontamiento del proceso de duelo ante el fallecimiento de niños, pacientes del HOSPITAL DE NIÑOS DR. ROBERTO GILBERT ELIZALDE, por parte de sus familiares. (2011)

Resumen:

El presente trabajo tiene como finalidad describir los diferentes estilos de afrontamiento del proceso de duelo en familiares de niños fallecidos en el Hospital de Niños Dr. Roberto Gilbert Elizalde de la ciudad de Guayaquil, para así, evitar futuras complicaciones en los diferentes campos de acción de los allegados. No existen estudios profundos sobre el proceso de duelo, sin embargo, es necesario el seguimiento y evaluación sistemática en cada una de las esferas: familiar, laboral y social; para que, posteriormente, sean fortalecidas y restablecidas en su salud mental y emocional. La modalidad de trabajo será de tipo mixto, con utilización simultánea de investigación cualitativa-cuantitativa y la ayuda de técnicas de investigación de campo e instrumentos de aplicación que cumplan con los objetivos de que los investigados aporten datos precisos, así como responder las preguntas planteadas de investigación. Es un problema real, actual, objetivo y un proyecto de estudio factible, descriptivo, explicativo y diagnóstico que debe ser atendido antes que se presenten mayores complicaciones en los ámbitos mencionados. Para el análisis se considera la población y muestra de los menores fallecidos en el transcurso del año 2011, la muestra será lo adecuadamente amplia y específica para el análisis del problema planteado. Con estos resultados se llevará a cabo la estructuración de un programa asistencial multidisciplinario para el correcto afrontamiento del proceso de duelo, en la institución donde se lleva a cabo la investigación. Descriptores: Describir; estilos de afrontamiento; proceso de duelo; seguimiento; campos de acción; programa asistencial.

Titulo:

Narración del duelo en la ruptura amorosa.

Elaborado por Daniela Fernanda Arcia Palza. (2014)

Resumen:

La ruptura amorosa es un tipo de duelo ambiguo, bastante frecuente en los jóvenes siendo una de las experiencias más dolorosas y estresantes que se puede vivenciar. Esta investigación se enfoca en explorar los relatos de tres parejas que habían pasado por un rompimiento, utilizando el enfoque narrativo. Se llevó a cabo una única entrevista semiestructurada a todos los participantes, para realizar un análisis más comparativo. Se partió por una pregunta base siguiendo el relato de cada participante donde surgían otras interrogantes acerca del tema. A pesar de que el contexto de cada participante era totalmente diferente al otro, las mujeres y los varones mostraron ciertas características similares en el modo de afrontamiento al duelo, y en sus procesos afectivos y cognitivos presentes de acuerdo a su experiencia.

Título:

Afrontamiento religioso espiritual de la pérdida por muerte de un ser querido.

Elaborado por Laura Yoffe. (2013)

Resumen:

En esta investigación de Tesis Doctoral trató de hacer sus aportes explorando los modos en que personas religiosas afrontaron la pérdida por muerte de un familiar a través de sus creencias, rituales y prácticas religiosas espirituales. Se integraron dos sujetos no religiosos para explorar las estrategias y recursos utilizados, y para observar y comparar sus efectos en la recuperación del bienestar. Se realizó un tipo de investigación cualitativa, con diseño exploratorio descriptivo para indagar la influencia de las creencias y las prácticas religiosas y espirituales en el afrontamiento de la pérdida por muerte de un ser querido. Se trabajó con una muestra compuesta por nueve sujetos adultos con edades comprendidas entre 30 y 70 años, residentes en la Ciudad de Buenos Aires y en la Provincia de Buenos Aires, de nivel educativo terciario,

que estaban entre el 1º al 5º año de duelo por la pérdida de un familiar (padre-madre, esposo/a, hermano/a). Se trabajó con una muestra de representantes religiosos de 4 credos seleccionados (católico, metodista, judío y budista tibetano) para recabar información sobre las creencias y prácticas religiosas, los rituales funerarios y el apoyo que brinda cada credo según cómo se realiza en nuestro país.

Titulo:

Estudio exploratorio sobre las vivencias de la matrona en el acompañamiento del duelo perinatal en Asturias: Un estudio cualitativo. (2016)

Resumen:

La pérdida fetal tardía representa una experiencia indescriptible para los padres y cuya calidad de acompañamiento es vital para la correcta resolución de la misma. A la vez, dicho acompañamiento representa una de las prácticas más complejas a las que tiene que enfrentarse el profesional responsable, con implicaciones para el mismo, más allá de la práctica profesional, pudiendo derivar en un gran impacto personal y emocional. Objetivos: el propósito del presente protocolo es explorar las vivencias de la matrona como acompañante durante el duelo perinatal tras una muerte fetal tardía. De forma que, nos permita identificar las necesidades expresadas por las mismas durante su papel como acompañantes del duelo perinatal en una muerte fetal tardía; los objetivos específicos planteados son: estudiar la influencia del acompañamiento durante una situación de duelo perinatal tras muerte fetal tardía sobre el área emocional y personal del profesional, así como, explorar los distintos significados del duelo perinatal para los profesionales y el impacto de los mismos sobre el desarrollo de su práctica profesional. Material y métodos: se plantea un protocolo de investigación basado en metodología cualitativa a través de las premisas de la Teoría Fundamentada. La muestra estará

compuesta por matronas tituladas cuya práctica profesional se desarrolle en el Servicio de Salud del Principado de Asturias, dicha selección se basará en premisas estipuladas previamente a través del muestreo teórico, el cual se guiará por los conceptos y constructos que tendrán significado para el desarrollo de la teoría. La recogida de datos se llevará a cabo a través de técnicas de tipo conversacional/narrativa, llevando a cabo, por un lado, entrevistas semiestructuradas de carácter individual con cada uno de los participantes y por otro lado grupos focales. El análisis de los datos tendrá una naturaleza iterativa e interactiva, para lo cual se incluirán procedimientos de análisis correspondientes a las directrices marcadas por la naturaleza de la propia investigación.

4.2.- Marco Teórico.

En este enunciado se desarrollará modelos teóricos sobre el duelo, se destacará la importancia de procesos y estrategias durante el duelo e igualmente se observará la evolución de este concepto, que hablara del duelo en términos de mecanismo intrapsíquico universales a un en la que el duelo se ve más como un proceso adaptativo, en el que se incorporan diferencias individuales y contextuales.

Desde que tenemos uso de conciencia y razón, la pérdida y la manifestación de dolor eran abierta y en ocasiones excedía lo que era normal, en esta época estas formas dramáticas se ilustran mediante, “ el llanto intenso, desvanecimientos, rasgado de vestidos, gemidos de agudos trinos, golpes en la cabeza y el pecho, arrancamiento de pelos de la barba y la cabeza, heridas en el rostro producto de violentos arañazos, gritos agudos, arrastrarse por el suelo, golpear la tierra con las dos manos, entre otros. Por otro lado, en los funerales tenía lugar

sacrificios humanos y de animales” (Aries, 1987., p.522). Es así como los primeros hallazgos muestran un intenso dolor por la pérdida del ser amado.

En la historia occidental, los griegos empezaron a atribuir la fortuna o la desgracia a los dioses, quienes se alegraban si cumplían sus mandatos, pero si no lo hacían eran enviados contra ellos las angustias, las enfermedades, el dolor físico y moral. La literatura de la antigua Grecia cuenta cómo los hombres y mujeres, de manera dramática, sufrían por la muerte o pérdida de las personas amadas; esto se evidencia en los escritos de Platón: en su obra Fedón, o de la inmortalidad del alma, donde se narra: “ Dice Sócrates a Simmias y Cebes en Fedón: Muchos hombres, por haber perdido a sus amigos, sus mujeres y sus hijos, han descendido voluntariamente a los infiernos conducidos por la sola esperanza de volver a ver a los que habían perdido y vivir con ellos por siempre”(Aries, 1987.,p. 522).

Desde los años 80 se viene hablando del modo en que la gente enfrenta los sucesos vitales estresantes, como por ejemplo la muerte, empleando el término “Habilidades de afrontamiento” o “Tipos de afrontamientos” (Acciones concretas y específicas que la persona utiliza para enfrentarse a una situación). Lazarus y Folkman (1984), establecieron dos tipos de afrontamientos, aquel centrado en la emoción y aquel centrado en el problema. En el primero se busca regular la emoción causada por el estrés y en el segundo se intenta manejar el problema que lo origina. También se han descrito formas de afrontamiento aproximativas (o de confrontamiento del problema) y evitativas (que permiten escapar o evitar el problema) (Rodríguez Marín, 1996).

De acuerdo con lo propuesto por Lazarus y Folkman (1984), ninguna estrategia es mejor que otra, sino que dependerá de las consecuencias, si reportan beneficios a la persona entonces su uso es apropiado en ese momento, es decir, los resultados serán diversos entre los afectados.

En un estudio que buscaba examinar la posible correlación entre DC o TEPT con estrategias de afrontamiento en universitarios que perdieron inesperadamente un familiar cercano y mediante regresión se constató que el afrontamiento emocional evitativo predecía DC (Schnider, Elhai y Gray, 2007).

Pero estas estrategias a su vez son factores de personalidad que pueden funcionar diferente según las circunstancias (Robinson y Marwit, 2006), como, por ejemplo, el nivel educativo y el estatus socioeconómico son dos condiciones a priori que genera diferencias en la forma que se afronta una pérdida. La discriminación y el estigma que a veces genera la viudedad repercute en el duelo, de manera que las viudas con nivel económico más bajo referían una experiencia de duelo más negativa (Chenube y Omumu, 2011).

Por otro lado, en la línea de la búsqueda de trascendencia como factor de afrontamiento, investigaciones más recientes proponen términos como el afrontamiento religioso. Sobre la mediación positiva de una sana espiritualidad en el desarrollo del duelo (Bermejo, 2012; Bermejo, Lozano, Villacieros y Gil, 2012). En concreto se han desarrollado estudios bajo la teoría del apego de Bowlby (1988), en los que el rol del apego a Dios (Con una dinámica similar a la experimentada en la infancia con la madre) media en el afrontamiento religioso siendo positivo en caso de apego seguro (Pargament y Abu-Raiya, 2007), así como la búsqueda de significado después de la pérdida también media en la experiencia de duelo y puede llevar a crecimiento postraumático o cambios positivos significativos y sostenidos en los compromisos y objetivos vitales (Davis, 2008).

Así, en una muestra de individuos que sufrieron pérdida significativa se encontró que el estilo seguro de apego a Dios estaba asociado a menos depresión, menos duelo y mayor crecimiento postraumático, como la búsqueda de sentido tenía efecto en el crecimiento (Kelley y Chan, 2012). También en unidades de cuidados paliativos se observa la valoración positiva de los usuarios sobre la atención espiritual recibida.

Cuando hasta el momento en la literatura sólo se refleja los casos de personas que buscan tratamiento, (Bonanno, 2004; Bonanno 2005; Mancini y Bonanno, 2006) señala que la resiliencia es muy frecuente ante los traumas. Además, profundiza en las vías para llegar a alcanzarla tales como el concepto de fortaleza o constelación de características de la personalidad que funcionan como un medio de resistencia ante los eventos desencadenantes del estrés de la vida (Obasa, 1979). Posteriormente elabora un modelo explicativo que sitúa las diferencias individuales en una posición intermedia entre la pérdida sufrida y la resiliencia, y que éstas diferencias individuales, la valoración que la persona hace del proceso y apoyo social, se refleja en el afrontamiento (Mancini,Et al., 2009).

En el duelo, existen emociones, representaciones mentales y conductas vinculadas con la pérdida afectiva, la frustración o el dolor. Cada situación de pérdida, implica un proceso diferente. Como se ha mencionado a lo largo de este escrito, existen muchas maneras de sobrellevar el duelo, que va desde un soporte religioso, hasta uno terapéutico. Los procesos con ayuda de psicoterapeutas intervienen directamente en la realidad interna y externa del sujeto. Sin embargo, cuando este proceso se complica y causa conflictos en el desarrollo del ser humano, es conveniente para el profesional de la salud, detectar e intervenir con un modelo de atención que permita al sujeto elaborar dicho proceso (García, 2013).

De alguna manera los psicoterapeutas se encuentran apoyados en muchos aspectos sobre un paciente, soporte de otros psicoterapeutas, soporte clínico e hospitalario. Esto es un apoyo que presenta el psicoterapeuta ante una situación en relación a un paciente, de esto surge la pregunta e interrogante, de que pasaría si toda esta experiencia de vida en cuanto afrontamiento de pérdidas se refiere, es vivida de manera personal en un psicoterapeuta. López (2010), muestra las distintas formas en que un profesional de la psicología se autoanaliza y evalúa su capacidad de resolver conflictos propios y su calidad de vida.

En la literatura psicológica antigua y moderna existen muchos artículos referentes a manejos emocionales, afrontamientos de pérdidas entre muchos tópicos, pero todos estos van reflejados a determinados grupo de individuos o personalidades. Sin embargo, un tema poderoso e importante que puede incurrir en el olvido, es la importancia del psicoterapeuta como persona dentro de alguna de estas situaciones emocionales.

Bellak (1993), menciona ciertas problemáticas que pueden presentar los psicólogos en posición de pacientes, y que surgen como en cualquiera otra persona preguntas de tipo personal y emocional para poder sobrellevar un problema. La visión que se percibe de un psicoterapeuta es razonablemente estable y equilibrada, capaz de solventar con escasas dificultades muchos problemas que plantea la vida; pero hasta qué punto esto es real, sin omitir la parte de que el psicoterapeuta es una persona corriente como cualquier otro.

Pero quién se pregunta realmente si el psicoterapeuta puede resolver los conflictos que lo aquejan, si la solución teórica es la que realmente debe aplicar así mismo. Por más que el psicoterapeuta intente permanecer estable, neutral y anónimo en sus relaciones psicoterapéuticas, siempre existe un continuo actuar en ambos psiquismos, incluyendo, por supuesto, la personalidad que se va estableciendo y restableciendo en el terapeuta. El terapeuta,

balancea sus emociones tomando en cuenta los procesos impersonales de sus pacientes, las investigaciones diagnósticas sobre cada caso, los fundamentos teóricos aprendidos, pero también intervienen factores personales subjetivos como la propia historia del terapeuta, la situación emocional en la que se encuentre y la motivación personal por la cual se deseó ser terapeuta (Guy, 1995). En este sentido, la presente investigación se centró el estudio de psicoterapeutas ante la pérdida de un ser querido, estudiar y ver esa otra cara del terapeuta, el balance de emociones y manejo teóricos aprendidos para poder manejar el duelo en ellos mismos.

4.2.1.- Duelo

En los siglos XIX y XX, las expresiones públicas y privadas demasiado marcadas se catalogan como morbosas “Las crisis de lágrimas y las manifestaciones dramáticas se convierten en “crisis de nervios”. Después de la muerte se sitúa en la puerta de la casa del difunto una “esquela de duelo”, sustituyendo así a la antigua costumbre de exposición del difunto o del ataúd; el período de duelo se convierte en un” periodo de visitas”. De la familia al cementerio, de los parientes y amigos de la familia, etc.” (Montoya, 2003., p.18).

Se asiste en la actualidad es al abandono del duelo, esto se inicia a finales del siglo XIX; y aunque el sentimiento por la pérdida del ser amado quizás no cambia, la coacción de la sociedad ha limitado su forma de expresarlo. Y pese a esto diferentes funerarias y hospitales hoy se trabaja con los familiares del difunto en pos de que expresen sus emociones.

Según el seguimiento de literatura sobre el duelo, se puede evidenciar que es un concepto abordado desde diferentes áreas, por esto es posible encontrar conceptualizaciones que no difieren entre sí.

La American Psychological Association (2010) define al duelo como un “sentimiento de pérdida, en especial por la muerte de un amigo o ser querido. La persona en duelo puede experimentar dolor y aflicción emocional” (p.152). Para Stroebe, Schut y Boerner (2017) “el duelo es la experiencia emocional de diversas reacciones físicas, sociales, psicológicas, cognitivas y conductuales que sufre la persona afectada como resultado del fallecimiento de un ser querido”. Los conceptos expuestos anteriormente coinciden en lo natural que resulta experimentar duelo. Además, se puede apreciar que este suceso engloba varios tópicos y sistemas propios del individuo. Experimentar el fallecimiento de un familiar o un ser querido es un hecho inherente al ser humano por ende es habitual que se experimenten cambios en la estructura cognitiva y conductual, por consiguiente, es un proceso que marca la adaptación a una nueva realidad (Limonero et al., 2009).

En ciertas ocasiones, el duelo puede agravarse en cuanto a la duración e intensidad de sus síntomas; es allí cuando podemos referirnos al duelo complicado: “(...) es un constructo independiente que describe un cuadro clínico de mayor duración y gravedad luego de una determinada pérdida y que se considera cualitativamente distinto a los trastornos del afecto” (Millán y Solano, 2010). Según (Stroebe et al, 2017., p, 49) el duelo complicado se identifica por la anormalidad de la tristeza; en relación al contexto social y cultural, ya sea en correspondencia al tiempo, a la intensidad o a los síntomas. Según Millán y Solano (2010) las características de un duelo complicado son las siguientes: Distorsiones cognitivas, enojo y amargura acerca del fallecido, negativa para continuar con la vida propia, sentimiento de vacío en la vida, así como ideación intrusiva sobre la persona ausente, que generan actitudes

evitativas y franca disfunción social. Dicha condición se ha asociado con trastornos emocionales y físicos, entre los cuales se incluyen las patologías del sueño, así como altos porcentajes de complicación con episodios depresivos.

Cabodevilla (2007) menciona que determinadas circunstancias harán más difíciles la elaboración del duelo tales como: las circunstancias alrededor de la muerte (repentina, inesperada, ambigua, traumática y múltiple); relación con la persona fallecida (ambivalencia, simbiótica, dependencia); y la personalidad y características del deudo. Las relaciones muy estrechas, ambivalentes y simbióticas pueden originar dificultades para la organización de la vida después del fallecimiento de la persona. Muertes repentinas pueden producir una sensación de desamparo, sobrecarga para afrontar la vida y existe una sensación de abandono (Gamo y Pazos, 2009). Según Worden (2013) la socialización de niñas y niños es diferente, esto a su vez repercute en la manera de abordar el duelo cuando son adultos. Es por ello que la forma de elaborar el duelo varía dependiendo del sexo, esto puede deberse más a la socialización señalada inicialmente que a unas diferencias genéticas intrínsecas.

Por otra parte, Klein (Cuadro 1), plantea que en muchas ocasiones el duelo puede ser confundido con melancolía, por lo que propone lo siguiente para garantizar que se habla netamente de duelo:

Cuadro No. 1: *Etapas del duelo.*

Etapas	Características
1ª Etapa: Reconocimiento de la pérdida	Consiste en el reconocimiento de la pérdida; cuya aceptación es imprescindible, pues la negación de la misma conlleva la imposibilidad de todo desarrollo siguiente y Puede llegar a afectar gravemente el contacto y el reconocimiento de la realidad.
2ª Etapa: Sobreinvertimiento y retiro de cargas	Consiste en el paulatino desligamiento libidinal del objeto perdido. Este proceso consiste en la sobrecarga de los recuerdos y vínculos tenidos con el muerto, alternando con momentos de retiro de estas cargas.
3ª Etapa: Aceptación, pérdida e identificación	El objeto perdido es incorporado al Yo y se mantiene allí mediante una identificación. El mismo Freud no estaba totalmente convencido de la acción del mecanismo de la identificación con el objeto perdido como término de esta etapa del duelo.
4ª Etapa: El yo vuelve a quedar libre y exento de inhibiciones	Es la fase de resolución del trabajo de duelo, cuando se produce la reconexión con el mundo objetual y la reaparición de las posibilidades de investir nuevos objetos, quedando el Yo libre y exento de inhibiciones

En cada etapa del duelo las personas pueden o no frenarse a una superación, esto dependerá directamente a como manejen las emociones vividas y a las personalidades de los afectados.

Cuando hablamos de la no superación del hecho o más bien apego en necesario hablar de Bowlby (1980/1993), el cual plante la no superación física ni emocional de lo perdido, lo que conlleva a una la tolerancia a la frustración y a la ambivalencia tendrán la capacidad de vivir durante un tiempo con la duda, la incertidumbre, el pesar, la culpa, sin poder cerrar ese capítulo de vida. Comportamiento que también es válido ya que no todos sobrellevamos el duelo de la misma manera debido a las diferentes características que nos definen.

4.2.2.- Fases del Duelo.

Muchos autores remarcan que durante en el proceso de duelo existe, un comienzo, un desarrollo y un final, y que es necesario pasar por todas estas etapas para poder lograr una recuperación efectiva de la salud mental.

En los últimos 40 años muchos autores han tratado de plantear sus propios modelos para definir las distintas fases del duelo, y de que dependerán tales fases. A continuación, se muestra un cuadro en donde se describen las distintas fases del duelo desde diferentes puntos de vista de autores.

Cuadro No. 2: *Etapas del duelo, según diferentes autores.*

Autor	Fases del duelo
Klober-Ross (1969)	1.- Negación 2.- Depresión 3.- Cólera 4.- Reajuste 5.- Aceptación
Horowitz (1976)	1.- Protesta, Negación 2.- Intrusión 3.- Obtención 4.- Conclusión
Davidson (1979)	1.- Shock e insensibilidad 2.- Búsqueda y ansiedad 3.- Desorientación 4.- Reorganización
Bowlby (1980)	1.- Embotamiento 2.- Anhelos y búsqueda 3.- Desorganización y desesperanza 4.- Reorganización

Nancy o'connor	1.- Negación
	2.- Enojo
	3.- Negociación
	4.- Culpa
	5.- Aceptación

Estos autores intentan hacer explícitas las fases típicas de respuestas afectivas por las que pasa una persona en el proceso de duelo.

Según Macías (2002) podemos definir que el duelo atraviesa por tres etapas que lo definen, 1) fase de impacto, es esta fase por lo general ocurre la negación de los hechos ocurridos, reconocimiento de emociones diversas, y por último ansiedad; 2) fase de despliegue, es la fase depresiva, el afrontamiento de la realidad de la persona afectada, esta fase puede durar desde semanas hasta meses; 3) fase de recuperación, por lo general esta etapa ocurre después de los 6 meses de lo ocurrido, donde se pueden abrir nuevos lazos afectivos, un avanzar y retroceder constante, pero sobre todo un mejor control de las emociones.

Estas etapas pueden variar por muchos aspectos y uno es la personalidad de las personas, y las maneras que utilice para sobrellevar la pérdida.

4.2.3.- Maneras de ver el Duelo.

Existen muchos tipos de pérdidas y duelos, y no siempre se relacionan con la muerte. Las pérdidas físicas se pueden dar de muchas maneras, amorosas, anticipadas por enfermedad, accidentales, entre otras. Todo lo que nos lleva a una pérdida trae un duelo.

El duelo por ruptura amorosa es uno de los más comunes que se presentan e incluso muchos autores mencionan que en muchos casos es más difícil de superar que el de la muerte de un familiar, puede mencionarse es el realizado por Freud (1996): “Duelo y melancolía”; que ha servido de base para investigaciones venideras tanto en el campo psicoanalítico como en otros enfoques psicológicos. Para Freud (1914) “El duelo es, por regla general, la reacción frente a la pérdida de una persona amada o de una abstracción que haga sus veces...” (Freud, 1996., p.241). A partir de entonces se ha podido observar el fenómeno desde distintas ópticas partiendo de epistemologías muy variadas. La ruptura amorosa es un tipo de duelo ambiguo que suele ser muy común en la vida de las personas, donde se experimentan estados afectivos y cognitivos negativos, como también se presentan conflictos en las relaciones sociales del entorno íntimo de la persona (Boss, 2001).

La ruptura amorosa, es una pérdida muy común en la vida de la gente, sin embargo, su presencia ocasiona mucho estrés, dejando a su paso desconcierto. Esto ocurre debido a que se desconoce si es que esta pérdida será temporal o definitiva, existiendo esperanza de que las cosas vuelvan a ser como eran (Cabodevilla, 2007).

Otro tipo de duelo muy común que experimentamos es el anticipado, es aquel que se vive ante alguna enfermedad terminal de un familiar, amigo o allegado a nuestro espacio. Este duelo viene acompañado de unas etapas específicas, 1) el diagnóstico de la enfermedad, 2) el desarrollo de la enfermedad, 3) negación y por ultimo 4) desenlace. Este tipo de duelo nos genera sentimientos ambivalentes que llevan a hacerte sentir culpa. Por un lado, quieres que tu ser querido siga viviendo mientras que, por otro lado, deseas que no siga sufriendo.

Cabodevilla (2007) menciona toda pérdida conducirá a un duelo, pero la intensidad de éste no va depender del objeto perdido, sino de la carga afectiva que se le invierte, del valor que se le da al objeto. Las familias que pasen por una crisis como esta, con desavenencias que perturban el equilibrio, pueden provocar una ruptura en dicho sistema. Así como también la pérdida de un miembro significativo permite un acercamiento entre los integrantes y se fortalecen los vínculos entre sí, con el pasar del tiempo. Los padres muchas veces se sorprenden ante sus propias respuestas y necesidades, pues ésta es un tipo de pérdida donde las fases, tareas en la elaboración del proceso de duelo son sumamente dolorosas y difíciles. Este tipo de pérdida se puede comparar estrechamente con la pérdida de un padre, ya que el apego en ambos casos es muy fuerte.

El duelo patológico se caracteriza por la dificultad de aceptar la pérdida y por una reacción desmedida ante esa posibilidad. “La tristeza es igual o mayor que en el proceso normal, pero se agrega la insistencia de pesadillas y sueños de contenido traumático cuyo sentido manifiesto tiene referencia permanente al objeto perdido” (Chapot, et al., 2006., p.188).

En ciertas ocasiones, el duelo puede agravarse en cuanto a la duración e intensidad de sus síntomas; es allí cuando podemos referirnos al duelo complicado: “(...) Es un constructo independiente que describe un cuadro clínico de mayor duración y gravedad luego de una determinada pérdida y que se considera cualitativamente distinto a los trastornos del afecto” (Millán y Solano, 2010). Según Stroebe, et al., (2017) el duelo complicado se identifica por la anormalidad de la tristeza; en relación al contexto social y cultural, ya sea en correspondencia al tiempo, a la intensidad o a los síntomas. Según Millán y Solano (2010) las características de un duelo complicado son las siguientes: Distorsiones cognitivas, enojo y amargura acerca del fallecido, negativa para continuar con la vida propia, sentimiento de vacío en la vida, así como

ideación intrusiva sobre la persona ausente, que generan actitudes evitativas y franca disfunción social. Dicha condición se ha asociado con trastornos emocionales y físicos, entre los cuales se incluyen las patologías del sueño, así como altos porcentajes de complicación con episodios depresivos.

4.2.4.- Modelos fenomenológicos y existencialistas.

Husserl (1984), planteo que tanto individuos como objetos atraviesan por una serie de cambios y fenómenos a lo largo del tiempo, este pensamiento husserliano, se describe como fenomenología, la cual su visión principal va dirigida al análisis de los fenómenos observables dando una explicación del ser y de la consciencia. En la psicología, existen diversos modelos para poder describir estos fenómenos, con el fin de poder interpretar algunas situaciones vividas en pacientes.

Estos modelos se consideran incompletos con respecto a las explicaciones de los paradigmas anteriores, ya que solo tienen en cuenta aspectos intrapsíquicos y culturales hacia la muerte. Por otro lado, los modelos existencialistas, el hecho de existir tiene que ser permanentemente enfrentado a la certeza de que se va a morir. La posibilidad de no existir o de no ser, sería la ansiedad central de la condición humana.

La fenomenología y el existencialismo van de la mano con todas las conductas y condiciones sociales de los individuos, ya que actúan en cada una de nuestras acciones y de nuestra manera de apreciar las cosas a través de diferentes apreciaciones y experiencias.

Olmeda (1998) menciona que el duelo es tan devastador y aterrador, porque confronta a la persona con los cuatro conflictos básicos de la existencia: la muerte, la libertad, la soledad y la falta de significado. El duelo es existencial, donde nos vemos confrontados con el caos y con los aspectos incontrolables de la existencia, pero es una crisis, que nos puede servir para crecer, o para debilitarnos dependiendo de cómo la afrontemos.

4.2.5.- Afrontamiento.

El afrontamiento sería una de las etapas más normales y necesarias durante el duelo. Muchos autores mencionan y hacen énfasis en las diferentes maneras en la que tomamos y afrontamos esas pérdidas en nuestras vidas. Lazarus y Folkman (1986) proponen que las estrategias empleadas para sobrellevar la pérdida ninguna son mejor que otra, que dependerá más bien a las consecuencias y beneficios de aquel que practique tal estrategia.

Londoño (2006) retoma a Lazarus y Folkman (1999) afirmando que “Las estrategias de afrontamiento son un conjunto de esfuerzos tanto cognitivos como comportamentales orientados a resolver el problema, reducir o eliminar la respuesta emocional o a modificar la evaluación inicial de la situación”. (p., 426).

Martín et al., (2010) retoma el modelo de Lazarus y Folkman (1984) afirmando que la aparición del estrés y reacciones emocionales ante cualquier situación se va a encontrar mediatizada por la valoración que se hace sobre dicha situación además de esto, el sujeto valora los recursos que dispone para evitar, reducir o eliminar las consecuencias (Valoración primaria); del mismo modo, la valoración secundaria se refiere a la capacidad de afrontamiento y las estrategias con las que cuenta la persona para enfrentarse a la situación.

Bermejo et al., (2012), mencionan que, en los últimos años, una de las estrategias más empleadas para sobrellevar las pérdidas, es con el afrontamiento religioso, en mantener una sana espiritualidad y positivismo con el apego a Dios. Sin embargo, Davis (2008), menciona que muchos de estas estrategias son tratadas medicamente, bien sea con controles medicinales para la ansiedad al dolor vivido o con terapias para el desahogue de emociones.

4.2.6.- Según Jiménez & Fernández (2010), las siguientes son las estrategias de afrontamientos más comunes.

- Reevaluación positiva: donde se reevalúa nuevamente el problema.
- Reacción depresiva: donde se evidencia una baja del estado de ánimo.
- Negación: Indica la no aceptación de la situación.
- Planificación: Está basada en la organización de todas las estrategias que el individuo crea necesarias para resolver el problema.
- Conformismo: Se basa en acomodarse para quedar a gusto y en su zona de confort con lo que se está viviendo.
- Desconexión cognitiva: Consiste en desconectarse cognitivamente del problema o la solución.
- Desarrollo personal: Se basa en buscar actividades que permitan un crecimiento personal.
- Control emocional: consiste en no mostrar lo que emocionalmente se está sintiendo ante determinada situación.
- Distanciamiento: Es cuando el individuo se torna distraído a causa de la situación.

- Suspensión de actividades distractoras: Es cuando el individuo suspende todas las actividades que interfieren con la resolución de su conflicto.
- Refrenar el afrontamiento: Consiste en retroceder en el proceso de afrontamiento.
- Evitar el afrontamiento: Es evadir enfrentarse al problema y a la solución de éste.
- Resolver el problema: Es un método por el cual el individuo se vale de todas sus estrategias para encaminar hacia la solución.
- Apoyo social al problema: Se refiere a compartir su problema o preocupación con otros.
- Desconexión comportamental: No encamina sus acciones para resolver el problema.
- Expresión emocional: Está encaminada a expresar lo que se siente ante la situación.
- Apoyo social emocional: Se refiere a la búsqueda de compartir sentimientos y emociones con otros individuos.

4.2.7.- Los autores (Jiménez & Fernández, 2010) Destacan los siguientes estilos de afrontamiento:

- Según el método:
 - Activo: Trata de centrarse en la resolución del problema.
 - Pasivo: No busca solución al problema
 - Evitativo: Evade el problema y posterga su afrontamiento.
- Según la focalización:
 - Focalización respuesta: Consiste en centrarse en lo que causa el problema.
 - Focalización problema: Se enfoca en el problema como tal.
 - Focalización emoción: Es trabajar en lo que siente a causa del problema.

- Según la actividad:

Conductual: Acciones en pro de la resolución y afrontamiento del problema.

Cognitiva: Consiste en la utilización de todos los recursos cognitivos a favor del afrontamiento del problema o situación.

Es así como cada individuo según su entorno y capacidad afronta situaciones con cierta cantidad de estrés, de la manera en como sea afrontado tal suceso así será percibido la experiencia, y de esta se notará la representación de sucesos en el individuo.

Vale la pena acotar, que todas estas estrategias de afrontamiento y el éxito de las mismas dependerá directamente a la disposición de mejora de la persona afectada por determinada pérdida.

5.- Diseño Metodológico.

5.1.- Enfoque: Cualitativo.

Para la presente investigación se utilizará el enfoque cualitativo, que según Tamayo (2009) es “de orden explicativo, sin proceder a comprobaciones muy rígida de la realidad objeto de estudio”. Dentro de este enfoque y basado en Tamayo (2009) se realiza desde la modalidad fenomenológica, la cual Tamayo (2009) define como un proceso de interpretación, que parte del estudio de la experiencia vivida y el objetivo de esa interpretación es comprender lo que ocurre.

Por medio de la investigación cualitativa se puede tener un acercamiento más profundo a las emociones que surgen en terapeutas de las diferentes corrientes psicológicas al momento de llevar a cabo un proceso terapéutico pues este enfoque permite tratar realidades subjetivas, comprende lo interno de cada ser y sus pensamientos dado que lo esencial en la investigación cualitativa según Ruíz (2012) es:

El análisis objetivo del significado subjetivo. Este significado subjetivo es el que preside el comportamiento de los individuos cuando éstos actúan «en función de los otros», los cuales forman así, parte de la «ecología social del ego».

Dicha ecología está estructurada en «patrones» que consolidan lo que llamaremos las definiciones más o menos oficiales de los mores, costumbres, medio ambiente o ecología social en la que operan los significados en acción.

Significados que, en parte, son a) locales, dado que son propios de cada individuo o conjunto de individuos (las microculturas de los grupos naturales) y propios de la actuación de cada momento (las situaciones sociales). La historia no siempre se repite. Y, en parte, son b) No locales, dado que, no sólo se construyen en cada situación, sino que, además, pueden ser aprendidos de otros (interacción social) y heredados (el idioma, la religión).

Partiendo de lo anterior este enfoque es pertinente en la medida que se abordan realidades de cada sujeto, permitiendo entender que como viven un duelo, que herramientas utilizan para manejarlo y que posturas se tienen frente a las mismas desde cada una de los entrevistados.

5.2. Nivel investigativo: Descriptivo.

“Describir en términos metodológicos como consiste en indicar todas las características del fenómeno que se estudia” (Hernández-Sampieri et al., 2010.,p257). Precisa aún más esto señalado que: “... Desde el punto de vista científico, describir es medir...”. Esta definición es importante, ya que implica por parte del investigador la capacidad y disposición de evaluar y exponer, en forma detallada, las características del objeto de estudio. Estos permiten mostrar los conocimientos metodológicos y teóricos del investigador del estudio, ya que se puede evidenciar el nivel cognitivo y operativo de conceptos relacionados con el tema. “Una serie de estudios descriptivos permite ir acumulando una considerable cantidad de conocimientos sobre el mismo tema” (Hernández Sampieri y col., 2010., p.257).

5.3. Método investigativo.

El enfoque (cualitativo), el nivel o tipo (descriptivo) y el soporte documental se reúnen organizadamente, esto es, un estudio multicaso el, cual permite el abordaje, comprensión, interpretación y análisis de experiencias de seis psicoterapeutas en el proceso de duelo.

Es de anotar que los estudios multicasos hacen referencia al “estudio conjunto e intensivo de varios casos al mismo tiempo” (Tójar y Mena, 2011, p. 505) y se efectúan con el propósito de analizar concordancias entre casos; se pueden estudiar múltiples casos con intencionalidad comparativa (casos paralelos), aunque también pueden analizarse singularidades que caracterizan a cada caso en particular, comprendiendo e interpretando peculiaridades de cada contexto, situación o ambiente en el que se desarrolla cada caso.

5.4.- Instrumentos de recolección de información.

Los instrumentos de recolección de información son cruciales en cualquier enfoque y tipo de investigación (cualitativa o cuantitativa). Según destacan Hernández, Fernández y Baptista (2006), la investigación cualitativa, al contrario que la cuantitativa, no mide variables con las que produce inferencias hipotético-deductivas a partir de datos estadísticos o intensidades, magnitudes psicofísicas o similares, sino más bien, en la investigación cualitativa ,datos percibidos y/o interpretados previamente por personas, comunidades, grupos o situaciones, son recogidos con profundidad, cuidado y cautela, porque presentan lo que son, sienten, piensan y valoran como significativo para los actores y sujetos de investigación.

5.5.- Rastreo documental.

Los documentos son fuentes importantes en la investigación cualitativa, estos registran, formalizan e indican el pensamiento y acción de grupos, organizaciones, comunidades, instituciones y personas; sirven al investigador para inducir y apreciar el funcionamiento, situaciones, vivencias y entornos característicos del objeto-sujeto de investigación, como bien explica Hernández et al. (2006). En sí, en este trabajo de grado el rastreo documental extrae y ordena los textos atinentes a la investigación; organización (que ya es una lectura y registro) es base de la lectura comprensivo-crítica y busca obtener la formalización de conocimiento que el problema y objetivos demandan.

5.6.- Muestra.

El muestreo se realizará por conveniencia, Se espera trabajar con un grupo de 6 psicólogos terapeutas que hayan experimentado la pérdida de un ser amado, por ruptura amorosa, muerte, etc.

5.7.- Técnicas e instrumentos de recolección de la información.

El presente estudio, siendo de corte cualitativo, se empleó una entrevista semiestructurada, construida a partir de categorías de análisis previas, como lo muestra el cuadro 3.

Cuadro 3. Preguntas realizadas a psicoterapeutas, ordenadas por categoría.

Categoría	Preguntas
Categoría de impacto inicial	1.- ¿Cómo reaccionaste en un primer momento después de conocer la noticia? 2.- ¿Dirías que esa fue una buena o una mala forma de reaccionar? 3.- ¿Cómo te dijeron que había pasado? ¿Qué creíste realmente?
Categoría de abordaje inicial	4.- En estos momentos, ¿cómo lo describirías? 7.- ¿Qué sentiste en los primeros momentos después de lo sucedido?
Categoría de impacto a nivel de significado de la vida.	5.- ¿Ha modificado el hecho tu forma de ver el mundo?, ¿tu forma de ver a los demás?, la manera en que te ves a ti mismo/a? 6.- ¿Cuáles son los pilares de tu vida en estos momentos? 12.- ¿Qué haces para lograr tus objetivos? 15.- ¿Ha cambiado tu forma de relacionarte con tu entorno? ¿Cómo?
Categoría impacto de significado de la vida actual	8.- ¿Qué sientes ahora? 9.- ¿Cuáles son tus miedos o preocupaciones? 10.- ¿Qué hiciste en los primeros momentos? ¿Crees que podrías haber hecho algo diferente? Si la respuesta anterior es afirmativa, ¿qué hubieras hecho? 11.- ¿Qué tipo de objetivos tienes actualmente? ¿Han cambiado respecto a los que tenías? 13.- ¿Qué te dice la gente –familiares, amigos, conocidos, compañeros de trabajo, etc.? ¿Hay algún comentario o reacción que te haya parecido fuera de lugar? 14.- ¿Ha cambiado la gente que está a tu lado? ¿Por decisión tuya o de ellos/as?

La entrevista es entendida como “Conjunto de reiterados encuentros cara a cara entre el entrevistador y sus informantes, dirigido hacia la comprensión de las perspectivas que los entrevistados tienen respecto a sus vidas, experiencias o situaciones” (Taylor y Bongan, 1986, p.100) citado por Murillo Torrecilla). Es así como al establecer una comunicación entre el investigador y el individuo de estudio se obtiene respuestas verbales a las interrogantes planteadas sobre el caso de estudio propuesto. Existen varios tipos de entrevistas según su estructura: Estructurada, semiestructurada y no estructurada.

La entrevista realizada en este trabajo es semiestructurada: Se determina de antemano cual es la información relevante que se quiere conseguir. Se realizan preguntas abiertas dando oportunidad a recibir más matices de la respuesta, permite ir entrelazando temas, pero requiere de una gran atención por parte del investigador para poder encauzar y estirar los temas (Actitud de escucha). La Entrevista semiestructurada: es una técnica que se utilizará en el trabajo de campo. Woods (1987) dice que “su objetivo es mantener a los participantes hablando de cosas de su interés y cubrir aspectos de importancia para la investigación en la manera que permita a los participantes usar sus propios conceptos y también términos” (p.21).

En el presente trabajo se realizó entrevista semiestructurada, en donde las personas entrevistadas tenían que responder de manera concisa 15 preguntas dentro de un formulario que se les entrego (Imagen 1), una vez finalizado el llenado del formulario, se hace una discusión muy general sobre las respuestas referentes a las estrategias empleadas para superar el tipo de duelo vivido, de esto se plantearon conclusiones al respecto.

5.8.- Impacto y resultados obtenidos.

- Se realizó un trabajo en donde se cumplieron los objetivos planteados, en el cual se implementaron las herramientas científicas y metodológicas propias del ámbito de la psicología. La investigación podrá ser utilizada como marco de referencia para otras investigaciones, sirviendo de fundamento sobre los antecedentes; También como herramienta de consulta para otros investigadores.
- La investigación podrá servir como fuente de información y sistematizada para los estudiantes de psicología de la Universidad de Envigado, que se encuentren investigando sobre el duelo en los psicólogos terapeutas.

5.9.- Compromisos y estrategias de comunicación.

- El resultado de esta investigación será entregado a la biblioteca de la Institución Universitaria de Envigado con el propósito de que sirva de objeto de consulta para estudiantes y docentes de la universidad y otras instituciones educativas.
- La investigación se socializará en la Facultad de Ciencias Sociales ante los respectivos jurados y asesores del estudio; de igual forma, los resultados quedarán plasmados en un artículo de síntesis publicado en los medios de que disponga la Institución Universitaria de Envigado, sean escritos o virtuales.

5.10.- Aspectos éticos del estudio.

Es fundamental tener como condición cumplir el código Deontológico del Psicólogo, considerando así pertinente resaltar, un buen desarrollo ético de la investigación (Ley 1090,2006, art. 1). Se firmó el consentimiento informado con los participantes.

Artículo 6º

La profesión de Psicólogo/a se rige por principios comunes a toda deontología profesional: respeto, sinceridad y responsabilidad a la persona, protección de los derechos humanos, prudencia en la aplicación de instrumentos y técnicas científicas de sus intervenciones profesionales.

Artículo 7º

El/la Psicólogo/ no realizará por sí mismo, ni contribuirá a prácticas que atenten a la libertad e integridad física y psíquica de las personas.

Artículo 9º

El/la Psicólogo/a respetará los criterios morales y religiosos de sus clientes, sin que ello impida su cuestionamiento cuando sea necesario en el curso de la intervención. (Peñalver 2010).

TITULO II DE LA INVESTIGACIÓN EN SERES HUMANOS

CAPITULO 1 DE LOS ASPECTOS ÉTICOS DE LA INVESTIGACIÓN EN SERES HUMANOS

Artículo 5°

En toda investigación en la que el ser humano sea sujeto de estudio, debe prevalecer el criterio del respeto a su dignidad y la protección de sus derechos y su bienestar.

CAPITULO II DE LA INVESTIGACIÓN EN COMUNIDADES

Artículo 17°

Las investigaciones, referidas a la salud humana, en comunidades, serán admisibles cuando el beneficio esperado para estas sea razonablemente asegurado y cuando los estudios anteriores efectuados en pequeña escala determinen la ausencia de riesgos.

CAPITULO III DE LAS INVESTIGACIONES EN MENORES DE EDAD O DISCAPACITADOS

Artículo 23.

El ejercicio de la Psicología se basa en el derecho y en el deber de un respeto recíproco entre el/la Psicólogo/a y otras profesiones, especialmente las de aquellos que están más cercanos en sus distintas áreas de actividad. (Código deontológico del psicólogo, 2010, p. 2, 3,5).

6. Resultados.

A continuación, se exponen los resultados obtenidos en las entrevistas a los psicoterapeutas.

Cuadro 4: *Resultados obtenidos de los casos estudiados*

Categorías	Preguntas	Respuestas	Análisis
Categoría de impacto inicial	1.- ¿Cómo reaccionaste en un primer momento después de conocer la noticia?	<p>Entrevistado 1: La reacción varía en ese momento, lo vi en Facebook, la gente me decía cosas y un mensaje de mi mamá me dejó pensativo, la llame y me dijo en llanto lo que había pasado, mi hermano gemelo había muerto en un accidente, no supe que hacer sino tirarme a llorar... lo demás fue como estar en una piscina, solo, con el agua quieta entrando por los oídos.</p> <p>Entrevistado 2: Realmente estaba esperando el momento, mi mejor amiga a causa de una caída a nivel muscular, creo una formación fibrosa que muy rápidamente convirtiéndose en un tumor cancerígeno durante todo ese proceso, le amputaron ambas piernas, y la enfermedad se la consumió en menos de 6 meses.</p> <p>Entrevistado 3: Aun recuerdo los gritos y llantos de ese día, ya me había graduado y trabajaba como profesional finalmente, me case con mi novia de toda la vida y tuvimos a Laura, no me fije al sacar mi auto que ella se encontraba detrás, no puedo explicar el dolor de mi negligencia, mi mamá y mi esposa gritaban y yo también. Es lo que nunca esperarías que pase.</p>	<p>La recepción de una noticia varía entre los individuos, la manera de reaccionar y de ver el mundo a través de lo acontecido está estrechamente relacionado con el apego emocional y físico que se teje con la persona perdida.</p> <p>Existen muchas maneras de ver el duelo y no siempre se relacionan con la muerte. Las pérdidas físicas se pueden dar de muchas maneras, amorosas, anticipadas por enfermedad, accidentales, entre otras, como se menciona en el punto 4.2.3.</p>

Entrevistado 4: Cuando me dieron la noticia de que él se iba, mi postura fue de negación y no apoyarlo, cuando terminamos fue bloquearme totalmente porque estaba enojada, lo elimine de todo, sentía mucha rabia.

Entrevistado 5: Me sentí devastado, yo estudiaba pregrado de psicología, pero ya trabajaba como profesional, conocí a mi novia durante mi pregrado, ella era profesora en ciencias y estaba haciendo maestría en neurociencias, un día llego y me dijo, con una actitud muy agresiva, que yo era un retraso para ella, que no la dejaba crecer profesionalmente, que ella necesitaba a alguien a su altura como compañero y que lamentablemente yo no cubría lo que ella necesitaba y me dejo después de 3 años de relación, colapse, ella era mi todo en ese momento, Salí corriendo a emborracharme y a despotricar de ella.

Entrevistado 6: Mi primera reacción fue estar con mi mama todo el tiempo, me coloque en una posición muy optimista, pensé que la medicina estaba muy avanzada, que existe posibilidad para ella salir del cáncer, tenía los recursos para pagar todo para un tratamiento efectivo, la apoye absolutamente en todo.

2. -¿Dirías que esa fue una buena o una mala forma de reaccionar?

Entrevistado 1: No existe un calificativo para valorar si fue bueno o malo una reacción, ya que simplemente es eso, una reacción.

Entrevistado 2: No podría describirla como buena o mala,

La forma de reaccionar entre los entrevistados en

Categoría de impacto inicial	<p>simplemente fue una reacción a algo que ya me estaba esperando escuchar. En cualquier momento podía pasar.</p>	<p>completamente diferente, la asimilación de la noticia varia en cuanto a lo accidental repentino y anticipado.</p>
	<p>Entrevistado 3: No existe manera de explicar mi reacción.</p>	
	<p>Entrevistado 4: Pésima. Debería haber utilizado el dialogo, me cerré a mis necesidades y a los planes de mi vida.</p>	
	<p>Entrevistado 5: Fue muy mala manera de reaccionar, de verdad no tome las cosas con adultez.</p>	
	<p>Entrevistado 6: Pues con respecto al optimismo y el positivismo con el que reacciones sí, pero me esforcé mucho en cuanto a operaciones, tratamientos clínicos muy fuerte por salvarla, que lo que hice fue más bien hacerla sufrir muy rápido.</p>	<p>Poder decir si una de estas reacciones fueron positivas o negativas, es un contexto que se escapa de las manos, ya que la inteligencia emocional del afectado estará definida por diferentes factores internos y externos.</p>
	<p>3. -¿Cómo te dijeron que había pasado? ¿Qué creíste realmente?</p>	<p>Entrevistado 1: Mi madre me dijo: Juanito se nos fue, y pensé que como acto de rabia se había ido de la casa.</p>
		<p>Entrevistado 2: Recibí un mensaje de texto del hermano de mi amiga, que decía: ya la gorda está descansando, lo imagine inmediatamente que ya había muerto.</p>
		<p>Entrevistado 3: No lo podía creer, era mi hija.</p>
Categoría de impacto inicial	<p>Entrevistado 4: El me sentó y me dijo que se había ganado una beca, para perfeccionar idioma, que era solo por 6 meses, sentí que el mundo se me acababa</p>	

porque era la persona con la que me iba a casar y todo.

Entrevistado 5: No lo podía creer y lo primero que pensé es que me dejaba por otra persona, porque no encontraba otra explicación para tirar 3 años de relación a la basura.

Entrevistado 6: La mejor amiga de mi mamá la acompañó a la cirugía para la extracción de la biopsia, y su amiga me llamó y me contó todo claramente y pues lo entendí rápidamente, ya que mi mamá venía muy enferma.

4.-En estos momentos, ¿cómo lo describirías?

Entrevistado 1: Aún me pesa en el alma ese día, esa mañana aún me duele.

Entrevistado 2: Aún duele mucho, conocí a mi amiga cuando teníamos 6 años y murió cuando teníamos 24 años, estudiamos siempre juntas incluso en la universidad, soy hija única pero me imagino que así se debe sentir perder a una hermana.

Entrevistado 3: No dejo de llorar, nunca lo supere, duele demasiado.

Entrevistado 4: Ha sido el dolor y espiritual y físico más grande que he vivido.

Entrevistado 5: Aún me duele, y nos hemos visto por ahí y me duele, se me mueve todo, ella era la chica que quería para mí, con ella quería cerrar mi capítulo de vida.

Entrevistado 6: Fue un dolor muy grande, y me siento culpable creo que por ser egoísta

Categoría de abordaje inicial

La superación o no de lo acontecido estará estrechamente relacionado con la estrategia de control y afrontamiento empleada por cada uno de los afectados.

	de verla bien no me preocupe realmente en lo que ella quería.
<p>Categoría de impacto a nivel de significado de la vida.</p>	<p>5. -¿Ha modificado el hecho tu forma de ver el mundo?, ¿tu forma de ver a los demás?, la manera en que te ves a ti mismo/a?</p> <p>Entrevistado 1: Después de eso, veo con más simplicidad ciertas cosas, odio las motos, detesto Colombia, a los Colombianos y a sus instituciones (me toco hacerme cargo del papeleo de mi hermano con la fiscalía), tengo una visión negativa de Colombia no del resto del mundo, creo que todos tienen grandes oportunidades menos este país, y por estas cosas siento que se deshace mi alma poco a poco, no es infelicidad es como un estado de quietud, caí en depresión poco tiempo después y eso afecto mi relación con mi ex esposa, y claro con todos, deje de preocuparme por mí, olvidarme de mi, odiarme, ignorarme y ahora todo está en calma.</p> <p>Entrevistado 2: Pensé que esto me convertiría en una persona más fuerte de carácter emocional, pero resultado ser lo contrario, me volví muy dependiente emocional de las personas y con un constante temor a que se vayan.</p> <p>Entrevistado 3: Modifico toda mi vida, no pudimos seguir casado, yo deje de trabajar, deje la psicología para hacer cosas más naturales, me fui a la india, y hice muchas cosas hasta conseguir un poco de tranquilidad, a pesar de ello, me sigo viendo como algo repúgnate siento una culpa enorme ante todo, y no dejo de pensar en cómo serían las cosas hoy día si nada hubiese pasado.</p> <p>La manera en que cambia las perspectivas emocionales después de lo ocurrido también está estrechamente relacionado con las estrategias de afrontamiento empleadas.</p>

Entrevistado 4: Si, entendí que las personas son parte de nuestras vida pero no son nuestra vida, y que sufrimos más por pensar que perdimos lo que podríamos haber vivido con esa persona, sufrir por los planes que habían.

Entrevistado 5: Si, cambio muchos mis planes de vida, crecí mucho profesionalmente, y pues soy terapeuta de gente muy pudiente, y pues creo que ese rechazo y menosprecio de ella hacia mí fue lo que me impulso a crecer tanto académicamente, a pesar de que lo hice por eso, aprendí a valorarme más y aprendí a querer, indiscutiblemente todo cambio en mí.

Entrevistado 6: Obvio, no quiero volver a repetir cosas como las que viví con ella, no soy tan egoísta, no quiero lastimar a los demás por el simple hecho de llenar una necesidad personal emocional.

6. -¿Cuáles son los pilares de tu vida en estos momentos?

Entrevistado 1: Los pilares de mi vida son mi madre y mi otro hermano, no hago nada más que amarlos como si fuera el último día de mi vida porque en algún momento puede que sea así.

Entrevistado 2: A pesar de lo dependiente emocional que soy con amigos o con parejas, de verdad no tengo nada que sea mi pilar en estos momentos, lamentablemente estoy lejos de mi familia y he vivido sola por casi 17 años, creo que yo soy mi pilar.

Entrevistado 3: Quedan mis hermanos, son mi pilar mi polo a tierra, no quise tener más familia

Categoría de impacto a nivel de significado de la vida.

En todos los casos, el apego a lo incondicional siempre es la clave del balance

	<p>ni algo a que atarme emocionalmente.</p> <p>Entrevistado 4: Mi familia</p> <p>Entrevistado 5: Mi familia, mi mama y mis hermanos lo son todo.</p> <p>Entrevistado 6: Mi familia, mi papa, Gustavo (ex esposo) y sobre todo Helena, mi hija.</p>	<p>emocional de aquellos que han tenido alguna perdida, siempre el tener ese alguien incondicional es lo que en cierta forma impulsa a continuar el camino ante muchas cosas en la vida.</p>
<p>7. -¿Qué sentiste en los primeros momentos después de lo sucedido?</p> <p>Categoría de abordaje inicial</p>	<p>Entrevistado 1: Respondí esto en la pregunta 1.</p> <p>Entrevistado 2: De verdad sentí tranquilidad, mi amiga estaba sufriendo demasiado, todos los días me decía que no quería vivir más.</p> <p>Entrevistado 3: Que sentirías tú? Si fueras el culpable de la muerte de tu hija de 4 años?, no puedo describirlo ni nada, no hay manera de describir tanto dolor.</p> <p>Entrevistado 4: Que me iba a morir, la depresión me nublo todo, le perdí el sentido a todo, no encontraba sentido para nada, pensé que jamás volvería a conseguir a una persona como él.</p> <p>Entrevistado 5: Mucha rabia, fue más rabia que tristeza.</p> <p>Entrevistado 6: Yo me quería morir con mi mama, y sé que ya existía Helena, pero en ese momento solo quería estar con mi mama, no quería perderla, pensar en no volverle hablar o abrazarla, me saco un poco de mi plano eso.</p>	
<p>8. -¿Qué sientes ahora?</p>	<p>Entrevistado 1: Ahora solo leo, escribo y me dedico el tiempo</p>	

Categoría impacto de significado de la vida actual	justo, lo demás es para mi madre y mi hermano Carlos.	La superación, es una de las fases terminales del proceso de duelo, no siempre se logra de manera positiva y tranquila, en muchos casos el apego en forma de rencor queda latente por mucho tiempo, y la asimilación del mismo dependerá de los cambios subsiguientes que se plantee la persona afectada.
9. -¿Cuáles son tus miedos o preocupaciones?	<p>Entrevistado 2: Debo confesar que prácticamente he suprimido eso en mi cabeza, ya no lo veo como la amiga que se murió, más bien como conocí a alguien fuimos muy amigas y ella se fue a otra ciudad y ya.</p> <p>Entrevistado 3: Siento de todo, siento que aún la amo, incluso a veces la siento acostada en mi pecho, siento decepción hacia mí, siento rabia, siento frustración.</p> <p>Entrevistado 4: Tranquilidad, igual lo sigo admirando y soy consiente q es una persona que le aportó a mi formación emocional.</p> <p>Entrevistado 5: Me siento renovado, tranquilo, aprendí a tomar todo con una mejor cara y actitud.</p> <p>Entrevistado 6: Me hace falta, demasiada era mi compañera, mi amiga, era todo.</p>	Por lo general, el miedo que muchos sienten, es volver a vivir lo ocurrido, en estos casos el comportamiento de
	<p>Entrevistado 1: Mis miedos son pocos ahora, deje los miedos materiales, banales superfluos, ahora son solo pocos concretos, miedo a decir una última palabra a alguien que amo y no sea una palabra justa y con amor.</p> <p>Entrevistado 2: Miedos tengo muy pocos, banales como el no conseguir a alguien que realmente este ahí para mí, preocupaciones pues las normales que vivimos a diario, preocupaciones económicas no más.</p>	

Categoría impacto
de significado de
la vida actual

Entrevistado 3: Después de esto, no tengo miedos ni preocupaciones, trato de vivir el día a día sin atarme a nada.

los afectados va reflejado directamente a un autocontrol al apego ante muchas cosas y situaciones.

Entrevistado 4: Perder a mi mama, ella es mi polo a tierra.

Entrevistado 5: En este momento de verdad estoy tan tranquilo con todo que no tengo ningún miedo ni preocupación que pueda afectar mi progreso personal ni profesional.

Entrevistado 6: Me da miedo que se repita la historia de mi mama, que pase por lo mismo y que mi hija sufra lo que yo sufrí, eso me aterra, mi mayor temor es eso dejarla sin que ella esté completamente realizada.

10. -¿Qué hiciste en los primeros momentos?

¿Crees que podrías haber hecho algo diferente? Si la respuesta anterior es afirmativa, ¿qué hubieras hecho?

Entrevistado 1: No se sabe qué hacer, por ello nunca sabré si mi reacción hubiese sido diferente.

Entrevistado 2: Me tome un trago de ron, y me fui al hospital a estar con sus padres y estar pendiente del funeral.

Entrevistado 3: Pude haberme levantado más temprano y salir al trabajo antes de que ella despertara, pude revisar primero antes de sacar mi auto, pude haber hecho mucho, pero uno jamás pensaría que podría pasar algo así.

Entrevistado 4: Encerrarme, cerrarme a conocer a otra personas, llorar y llorar.

Entrevistado 5: Como te dije anteriormente, sentí mucha rabia y la rabia me cegó ante muchas cosas.

Entrevistado 6: Ya te los describí en preguntas anteriores.

11. -¿Qué tipo de objetivos tienes actualmente?
¿Han cambiado respecto a los que tenías?

Entrevistado 1: Todos mis proyectos no cambiaron como tal, solo se reforzaron porque eran promesas a mi hermano Juan, lo que cambio fue la intensidad, el control y el amor.

Entrevistado 2: No cambiaron mucho, pues en ese momento yo tenía en mente irme de la ciudad y pues lo hice de igual manera y después de eso he seguido viajando y estudiando.

Entrevistado 3: Como te dije todo cambio, deje todo por tener una vida nómada, deje mi trabajo porque no podía ayudar a los demás si ni si quiera me podía ver a mi mismo en un espejo, me llene de tanta rabia, que deje todo, yo no valía la pena para poder ayudar a los demás.

Entrevistado 4: Antes soñaba con casarme y ser mama, ahora no se si quiero esas cosas ya no dependo de los demás emocionalmente.

Entrevistado 5: Antes me veía con ella casado, construyendo una familia, después de eso mi meta fue mi maestría, ahora tengo mi consultorio privado, pues ahora pienso más en mí y en el bienestar de mi familia.

Entrevistado 6: Mi objetivo es preparar a helena académica, emocional y económicamente, gracias a dios cuento con el apoyo y amor pleno de su papa para ello.

Cuando se tienen relaciones interpersonales y afectivas muy fuertes, es común que exista una planeación de vida a largo y/o corto plazo, cuando se pierde esa compañía de rumbo es común ver cambios radicales en las personas afectadas, cambios físicos, emocionales y planeación profesional a futuro.

Categoría impacto de significado de la vida actual

Categoría de impacto a nivel de significado de la vida.	12. -¿Qué haces para lograr tus objetivos?	Entrevistado 1: Hacerlos, disciplina es lo único que sirve para lograr las cosas.	Todos los individuos empleamos diferentes estrategias de logros de metas, y esto dependerá estrictamente de la dedicación y la disciplina que cada uno le coloque a lo que desea.
		Entrevistado 2: Enfocarme en lo que quiero, y plantear todas las posibles vías para lograrlo, me concentro mucho en ello y por lo general lo logro.	
		Entrevistado 3: No tengo objetivos a largo plazo, de hecho mis planes cambian con respecto a cómo me siento en el momento.	
		Entrevistado 4: Disciplina, luchando.	
		Entrevistado 5: Planifico, disciplina y constancia en lo que me propongo, nunca desfallecer por más difícil y complicad que se torne todo.	
		Entrevistado 6: Trabajando muy duro, y mantenerme enfocada en una meta, cumplirla y así comenzar otra.	
Categoría impacto de significado de la vida actual	13. -¿Qué te dice la gente – familiares, amigos, conocidos, compañeros de trabajo, etc-? ¿Hay algún comentario o reacción que te haya parecido fuera de lugar?	Entrevistado 1: Las reacciones de cada uno hay que verlas según su cultura, nosotros en occidente, en Colombia, expresamos el duelo de maneras casi parecidas, hasta vemos el tema de la roa que ponerse ese día, es algo banal pero la gente se fija mucho en eso, algunos ponen música, otros dicen algo, nunca hay un muerto malo.	
		Entrevistado 2: No, ninguna.	
		Entrevistado 3: No hablo al respecto, y mi entorno no menciona nada, de igual manera me la paso viajando y nunca cuento lo que paso por lo tanto los demás desconocen mis emociones.	En muchos casos los entornos sociales interfieren en los estados emocionales de las personas, el que esta postura

		<p>Entrevistado 4: Toda la gente insiste que deberíamos volver, que nos separó la distancia y no la falta de amor.</p> <p>Entrevistado 5: Realmente no.</p> <p>Entrevistado 6: Ya no dicen nada.</p>	<p>afecte o no a un individuo dependerá del grado de superación que haya logrado ante lo ocurrido.</p>
<p>Categoría impacto de significado de la vida actual</p>	<p>14. -¿Ha cambiado la gente que está a tu lado? ¿Por decisión tuya o de ellos/as?</p>	<p>Entrevistado 1: La gente cambia.</p> <p>Entrevistado 2: Ningún cambio al respecto.</p> <p>Entrevistado 3: Cambia a todos lo que me rodeaban menos a mis hermanos, pero cambie absolutamente todo, no quería que la gente me mirara con pesar.</p> <p>Entrevistado 4: Si, me aleje del grupo de amigo en común, tuve que alejarme totalmente de su familia y romper ese vínculo pues me hacía mucho daño.</p> <p>Entrevistado 5: Completamente me aleje de todo el círculo universitario y profesional que nos unía, tanto así que cambie de ciudad, vivo en Cali pero soy de Bogotá.</p> <p>Entrevistado 6: No sigo con la misma gente, igual mi círculo profesional y personal es muy pequeño y son los mismos que me ayudaron a sobrellevar todo esto.</p>	<p>Como se mencionó anteriormente, las personas que atraviesan por una pérdida viviendo etapas de duelo, por lo general toman cambios radicales de diferentes índoles y en la mayoría de los casos el cambio de entorno social es lo que más ayuda a afrontar la pérdida de ese ser querido.</p>
	<p>15. -¿Ha cambiado tu forma de relacionarte con tu entorno? ¿Cómo?</p>	<p>Entrevistado 1: Cambie algunas cosas, también se da cuenta quien te acompaña en esos momento vale mucho, no por ello debemos pensar que todo es un blanco y negro, muchos amigos que no fueron al cementerio era porque no saben</p>	

Categoría de
impacto a nivel de
significado de la
vida.

manejar el duelo y eso debe entenderse.

Entrevistado 2: Si cambio mucho, mi amiga era la única tenía, desde pequeña fui muy solitaria, y pues su pérdida me convirtió en una persona más abierta y social.

En general, cambia el apego hacia las cosas, hacia las personas y hacia ciertas situaciones, llevar las cosas con más serenidad y de manera saludable.

Entrevistado 3: Todo en mi vida cambio.

Entrevistado 4: Al principio me aferré a todos los lugares que me lo recordaban, ahora simplemente vivo mi día a día sin tenerlo presente en todos los espacios, entendí que solo yo puedo manejar mis estados emocionales y que mi felicidad depende sólo de mí.

Entrevistado 5: A nivel de pareja si, pues llevo las cosas un poco más con calma.

Entrevistado 6: No realmente, si deje un poco el egoísmo personal de hacer las cosas a mi conveniencia, y ahora soy más abierta a todo.

Cuadro 5: *Análisis de los resultados obtenidos. Análisis individual de los entrevistados.*

	Estrategia para afrontar el duelo	Análisis
Entrevistado 1	Además de dedicarse a la psicología, estudió Literatura, se dedicó a escribir y viajar durante el periodo de duelo activo.	La pérdida física de un familiar siempre es difícil, pero en el caso de muertes accidentales se tornan un poco más difíciles de superar, con el fin de suprimir la rabia y la tristeza, el entrevistado uno se centró en una actividad muy útil a manera de drenar constantemente lo vivido por ello el mismo se dedicó a la literatura como una salida personal a sus emociones. Según Jiménez & Fernández (2010) Su estrategia de afrontamiento fue basado en el desarrollo personal, la cual se basa en buscar actividades que permitan un crecimiento personal.
Entrevistado 2	Movilizarse de ciudad y continuar estudios profesionales, además de realizar servicios terapéuticos a fundaciones de manera gratuita.	En este caso, la psicoterapeuta toma una actitud de supresión emocional ante lo vivido, torna una postura rígida, lo cual confunde un poco el sentir o no del duelo. Según Jiménez & Fernández (2010) Su estrategia de afrontamiento es evadir el afrontamiento el cual se refiere a evadir enfrentarse al problema y a la solución de éste.
Entrevistado 3	Retiro absoluto como psicoterapeuta.	Sentimiento de culpa en el duelo, cierre absoluto emocional a lo vivido, sin aparente recuperación a lo ocurrido. Según Jiménez & Fernández (2010) Sus estrategias de afrontamiento son la desconexión cognitiva del problema o la solución. Suspensión de actividades distractoras que es cuando el individuo suspende todas las actividades que interfieren con la resolución de su conflicto.
Entrevistado 4	Cambio de círculo social, dedicación al crecimiento profesional/personal.	Encuentro de tranquilidad, aferramiento religioso con el fin de aliviar las consecuencias dejado por lo vivido. Según Jiménez & Fernández (2010) Su estrategia de afrontamiento es: Desarrollo personal el cual se basa en buscar actividades que permitan un crecimiento personal.
Entrevistado 5	Cambio de círculo social, dedicación al crecimiento profesional/personal, movilidad de ciudad.	Encuentro de tranquilidad aferrándose a los estudio, el aferramiento familiar clave de la superación del duelo. Según Jiménez & Fernández (2010) Su estrategia de afrontamiento es: Desarrollo personal el cual se basa en buscar actividades que permitan un crecimiento personal. También tiene planificación la cual se basa en la

Entrevistado 6	Tomar las cosas con tranquilidad, dejando el egoísmo personal y emocional.	organización de todas las estrategias que el individuo crea necesarias para resolver el problema. Encuentro de tranquilidad, aferramiento religioso con el fin de aliviar las consecuencias dejado por lo vivido. Según Jiménez & Fernández (2010) Su estrategia de afrontamiento es: Resolver el problema el cual es un método en que el individuo se vale de todas sus estrategias para encaminar hacia la solución.
-------------------	--	--

7.- Discusión.

La población evaluada fueron psicoterapeutas activos del Valle Aburra, ha estos se le realizaron unas series de preguntas previamente seleccionadas, estos, respondieron de manera concisa y específica a las mismas, para luego hacer el análisis de lo obtenido.

Para el análisis de los resultados se tomó muy en cuenta lo que realmente se quiere buscar, responder cada uno de los objetivos de manera elocuente y puntualizada para así descubrir qué es importante y qué va a aportar la investigación en un futuro. En referencia de los antecedentes como lo dice el trabajo realizado “Causas de separación conyugal en padres de estudiantes del instituto Alberto Meran”. Las causas más frecuentes de duelo son por pérdida de la pareja producida por varios factores externos e internos.

Como primer punto a consideración se tuvo el reconocimiento de las emociones. Todo proceso psicológico nos lleva a una experiencia emocional, y la intensidad de esta dependerá de lo vivido. Todos los entrevistados presentaron fenómenos emocionales distintos, desde los adaptativos hasta los motivacionales. Por ejemplo, los entrevistados 2 y 6, presentaron un fenómeno emocional con funciones adaptativas, la preparación del organismo a que actué ante una conducta exigida por las condiciones ambientales Plutchik (1980). La relevancia de las

emociones como mecanismo adaptativo no es más que la preparación a un hecho irreversible, la pérdida física de lo querido ante situaciones que se nos escapan de las manos, como el caso de enfermedades mortales. Lo contrario a lo observado en los entrevistados 4 y 5, donde las emociones fueron controladas directamente por la conducta de los demás, Izard (1989), emociones vinculadas a lo social, al apego físico con el que se mantuvo una relación interpersonal, en donde por lo general se generan repuestas de evitación o de confrontación ante la situación ocurrida y propiciada por alguien más.

Como se mencionó anteriormente la intensidad de la emoción dependerá como lo dice el resumen de los antecedentes del trabajo “Causas y caracterización de las etapas del duelo romántico”. Donde dice que la experiencia romántica trae al individuo sensaciones agradables, pero del al ser amado acarrea sentimientos de dolor, desesperación y enojo ante la decepción de afrontar una realidad en la cual las expectativas que habían sido colocadas en la ex pareja no resultaron posibles (Argyle y Furnham, 1983). Durante el duelo romántico, el individuo puede vivir bajo el tormento de la esperanza del retorno y por ende, la constante reactivación de emociones dolorosas (Zaragoza- Toscano, 2007). La pérdida de un familiar como lo vivido por los entrevistados 1 y 3, a diferencia de los casos anteriores las pérdidas familiares por muerte natural son un poco más llevaderas que las accidentales. La carga emocional en estos casos conlleva a un cólera emocional por parte de los afectados, incluso hasta llegar a puntos de frustración extremas.

La relación entre motivación y emoción no se limitan al hecho de que en toda conducta motivada se producen reacciones emocionales, sino que una emoción puede determinar la aparición de la propia conducta motivada, dirigirla hacia determinado objetivo y hacer que se ejecute con intensidad. (Clark, 2008). A pesar de la experiencia, conocimientos y capacidades

que tienen los psicoterapeutas, ante las emociones, en muchos casos escuchando las del otro pueden movilizar sentimientos e incluso involucrarse, pero ellos pasando por sus propios procesos se tiene que llegar a un punto de reprimir la emoción para poder balancear entre lo del otro y lo del uno mismo.

Una vez que se tienen identificadas y caracterizadas las emociones, es necesario proseguir con el análisis de lo vivido, en esta parte describiremos esas herramientas y/o estrategias empleadas por los psicoterapeutas para poder trabajar sus propias emociones.

Entre todas las emociones vividas, la tristeza dura más tiempo que muchas otras emociones, ya que solemos pasar más tiempo pensando en ella. Reflexionar sobre las malas experiencias, o hurgar en nuestros pensamientos y sentimientos tristes una y otra vez, esto puede perdurar el tiempo que nosotros mismos queramos y decidamos cambiarla.

Los entrevistados plantearon y describieron diversas estrategias empleadas para el control de sus emociones que variaron desde alejarse de todo lo relacionado al producto del duelo, como ejercicios, más dedicación profesional, dedicación a la escritura e incluso retiro permanente como psicoterapeuta. Estos hicieron lo posible en convertir la tristeza en una emoción que no generara depresión, sin embargo, en algunos de los casos estudiados esta emoción no pudo ser reprimida del todo. El lidiar con la tristeza es uno del paso más difícil para afrontar un duelo. El afrontamiento del duelo puede ser diferente en cuanto a las emociones vividas. De acuerdo con Lazarus y Folkman (1984), ninguna estrategia para afrontar el duelo es mejor que otra, sino que dependerá de las consecuencias y del beneficio que esta traiga a la persona en duelo. Estas estrategias a su vez estarán estrechamente relacionadas con las personalidades de las personas afectadas.

8.- Conclusiones.

- El proceso de afrontamiento de duelo que se llevó a cabo en los psicoterapeutas, se puede evidenciar varias formas de afrontamiento del duelo en esta muestra los cuales muestran un desarrollo sano de este, donde se evidencia la tranquilidad y aceptación de un proceso natural del ser. Nos revela que el duelo depende estrechamente de la experiencia vivida y el reflejo de la emoción sobre ello. Los psicoterapeutas ven el duelo como un proceso adaptativo y activo donde se debe de evolucionar al cambio que esto conlleva.
- Se evidencia una alta capacidad de afrontamiento a diferentes tipos de duelo, arrojando como muestra que el estudio de la Psicología ayuda a entender con más facilidad los procesos naturales de la vida.

9.- Recomendaciones.

- Se recomienda a los Psicoterapeutas luego de afrontar un duelo ponerse en tratamiento Psicológico después de la pérdida, dado que, en el momento de realizar terapia a un individuo, este debe tener cerrado su proceso para un buen resultado. Se sugiere tener en cuenta las estrategias de afrontamiento que se utilizan al atravesar por un duelo y su forma de apego según la personalidad y el entorno de cada individuo.
- Sería importante realizar otras investigaciones sobre la temática tomada en esta investigación.

10.- Referencias.

- Aries, P. (1987). El hombre ante la muerte. ED. Taurus S.A. Madrid. 522p.
- Bellak, L. (1993). Manual de psicoterapia breve, intensiva y de urgencia. México: Manual Moderno.
- Bermejo, J; Magaña, M; Villacieros, M; Carabias, M, Serrano,I. (2012). Estrategias de afrontamiento y resiliencia como factores mediadores en un duelo complicado. Aplicaciones psicoterapeutas 85-95p.
- Bucay, J. (2006). El camino de las lágrimas. Editorial Suramericana, 43-44p.
- Boss, P. (2001). La Pérdida Ambigua. Barcelona: Gedisa.
- Bowlby, J. (1993). Vínculos afectivos: Formación, desarrollo y pérdida. Madrid: Ediciones Morata.
- Cabodevilla, I. (2007). Las Pérdidas y sus Duelos. Unidad de Cuidados Paliativos. Hospital San Juan de Dios: Pamplona
- O'connor, N. (2008). Déjalos ir con amor. La aceptación del duelo. México: trillas,2 edición.
- Chapot, S; Mingorance, D. (2009, p.53). Duelo normal y duelo patológico. Su abordaje clínico en el envejecimiento. Revista Psicológica de la Universidad de Buenos Aires.
- Clark,C. (2008). Emociones. American psychology Association.
- Davidson, A. (1979). Desastre: Sobrellevar el estrés. New York Basic Books Editorial.
- Davis, C. (2008). Definición y redefinición de metas. American psychology Association.
- Fernandez-Abascal, E; Palmero-Cantero, F. (1998). Emociones y adaptación. Editorial Ariel. 58p.
- García-Palza, D. (2014). Narración del duelo en la ruptura amorosa. Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP, 12 (2), 288-307p. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612014000200007&lng=es&tlng=es.
- Guy, J. (1995). La vida personal del psicoterapeuta: el impacto de la práctica clínica en las emociones y vivencias del terapeuta. Barcelona: Paidós.
- López, I. (2010). La otra cara de la terapia: la vida personal del psicoterapeuta. Revista Electrónica de Psicología Social «Poiésis» ISSN 1692-0945
- Martin, M; Jiménez, M; Fernández-Abascal, E. (2010). Estudio sobre la escala de estilos y estrategias de afrontamiento (E3a). Revista Electrónica de motivación y emoción. Vol.3 #4 Recuperado de: <http://reme.uji.es/articulos/agarce4960806100/texto.html>

- Frances, A; Pincus, H; First, M. (1998). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, el DSM-IV, American Psychiatric Association.
- Freud, S. (1996). Mourning and Melancholia. The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XIV (1914-1916): On the History of the Psycho-Analytic Movement, Papers on Metapsychology and Other Works, 237-258p.
- Halsted, M; Johnson, SB; Cunningham, W. (1993). Measuring coping adolescents: An application of the way of coping checklist. *Journal of Clinical Child Psychology*, 22, 337-344p.
- Horowitz, M. (1976). Respuesta del síndrome de estrés. Jason Aronson Editorial New York.
- Hernández-Sampieri, R; Fernández-Collado,C; Baptista, P. (2009). Metodología de la Investigación (México, Mc Graw Hill 4ta edición).
- Husserl, E. (1984). Crisis de las ciencias europeas y la fenomenología trascendental, México, Ediciones Folios, (El manuscrito data de 1935-1936, publicado originalmente en alemán en 1962).
- Izard, C. (1980). Emociones basicas. American psychology Association.
- Klein, J; Lohaus, A. (2002). Sobre la adecuación situacional de hacer frente al estrés cotidiano en la infancia y la adolescencia. *Infancia y Desarrollo*, 11, 29-37p.
- Klober-Ross, E. (1969). Sobre la muerte y el morir. Editorial Martinez-Roca, Barcelona-España.
- Lazarus, R; Folkman, R. (1984). Stress appraisal and coping. New York: Springer Publishing Company.
- Macías, J. (2002). Perfil clínico del paciente con reacción de duelo. *Informaciones psiquiátricas*, 146-150p.
- Montoya, J. (2003). Guía para un duelo. Editorial Piloto-Medellín, 13p.
- Montañés, M. (1991). Psicología de la emoción. *Revista psicológica de la Universidad de Palencia-España*.
- Nunez-Gil, I; Fernandez-Ortiz, A; Luaces-Mendez, M; Garcia-Rubira, J; Alonso, J; Vivas-Balcones, D. (2008). Apical transient dyskinesia (TakoTsubo cardiomyopathy): a five-year clinical experience in Caucasians. *Eur Heart*.
- Olmeda, M. (2000). El duelo y el pensamiento mágico. Madrid: Master Line.
- Pérez, A; Garnica, R; Arocha, G; Chacín, J. (2011). Propiedades psicométricas de una escala para la elaboración del duelo. Trabajo especial de grado: Universidad Rafael Urdaneta, Venezuela.

- Pérez-Serrano, M. (1999). Modelos de investigación cualitativa en educación social y animación sociocultural. Aplicaciones prácticas ediciones.
- Plutchik, R. (1980). Emotion: A Psychoevolutionary Synthesis. Harper & Row, Nueva York.
- Rodríguez, J. (2011). Métodos de Investigación Cualitativos. Revista de la Corporación Internacional para el Desarrollo Educativo, 1-34p.
- Taylor, S; Bogdan, R. (1986). Introducción: ir hacia la gente, en. Introducción a los métodos cualitativos de investigación. México, Paidós, 15-27p.
- Tizón, J. (2004). Pérdida, pena, duelo: Vivencia, investigación y asistencia. Ed Paidós. Barcelona 26p.
- Vacárcel, C. (2011). Afrontamiento del proceso de duelo ante el fallecimiento de niños, pacientes del hospital de niños Dr. Roberto Gilbert Elizalde, por parte de sus familiares.
- Vazquez, J. (1996). Estrategias metodológicas para el análisis de datos. Suma Psicológica, Vol. 18 no. 2.
- Woods, P. (1987). La escuela por dentro. La etnografía en la investigación educativa. Barcelona: Paidós.
- Yoffe, L. (2015). Afrontamiento religioso espiritual de la pérdida de un ser querido. Vol. 23 Núm. 2. Avances en Psicología: Revista de la Facultad de Psicología y Humanidades

11.- Anexos.

Consentimiento Entregado

Consentimiento Informado

Lugar:	
Fecha:	
Nombres y apellidos:	
Número de identificación:	
Número de teléfono:	
Correo electrónico:	
Fecha de nacimiento:	
Observaciones:	

Nombre y Firma

La persona arriba firmante fue invitada a participar de manera libre e informada en una entrevista que hace parte del proyecto de tesis titulado: *las estrategias de afrontamiento del duelo en una muestra de Psicoterapeutas*, la cual tiene como responsable a la candidata a psicóloga Claudia Patricia Escobar Osorio. El proyecto busca identificar el objetivo de describir las estrategias de afrontamiento del duelo que utilizaron los psicoterapeutas de una muestra de los psicoterapeutas practicantes en el valle de Aburra. Esta actividad no será remunerada a los participantes. Si el participante lo solicita se respetará la confidencialidad de su nombre y la información dada y tendrá una copia de los resultados de la investigación. En cualquier momento el participante puede negarse a continuar colaborando con el proyecto sin ninguna explicación. Cualquier reclamo, comentario o preocupación relacionada con el manejo de la información de las entrevistas será atendida en el teléfono 300 427 5668 o en el correo electrónico claupatri1326@hotmail.com.

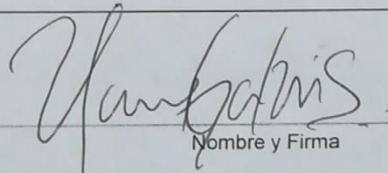
Imagen 1: Instrumento de recolección de datos.

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DE ENVIGADO FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES PROGRAMA DE PSICOLOGÍA		 INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA DE ENVIGADO <small>Ciencia, educación y desarrollo</small>	
<u>Anexo</u>			
ESTILOS DE AFRONTAMIENTO			
Preguntas		Respuestas	
1.- ¿Cómo reaccionaste en un primer momento después de conocer la noticia?			
2.- ¿Dirías que esa fue una buena o una mala forma de reaccionar?			
3.- ¿Cómo te dijeron que había pasado? ¿Qué creíste realmente?			
4.- En estos momentos, ¿cómo lo describirías?			
5.- ¿Ha modificado el hecho tu forma de ver el mundo?, ¿tu forma de ver a los demás?, la manera en que te ves a ti mismo/a?			
6.- ¿Cuáles son los pilares de tu vida en estos momentos?			
7.- ¿Qué sentiste en los primeros momentos después de lo sucedido?			
8.- ¿Qué sientes ahora?			
9.- ¿Cuáles son tus miedos o preocupaciones?			
10.- ¿Qué hiciste en los primeros momentos? ¿Crees que podrías haber hecho algo diferente? Si la respuesta anterior es afirmativa, ¿qué hubieras hecho?			
11.- ¿Qué tipo de objetivos tienes actualmente? ¿Han cambiado respecto a los que tenías?			
12.- ¿Qué haces para lograr tus objetivos?			
13.- ¿Qué te dice la gente –familiares, amigos, conocidos, compañeros de trabajo, etc.? ¿Hay algún comentario o reacción que te haya parecido fuera de lugar?			
14.- ¿Ha cambiado la gente que está a tu lado? ¿Por decisión tuya o de ellos/as?			
15.- ¿Ha cambiado tu forma de relacionarte con tu entorno? ¿Cómo?			
Creación de la prueba			
<p>Estilos de afrontamiento: Aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo. Lazarus y Folkman (1989. P 164).</p> <p>Inventario de estilos de afrontamiento, adaptado por Luis Florez (1993). Este cuestionario sirve para evaluar cómo se siente, que hace y que piensa cuando se enfrenta a situaciones problemáticas que le producen estrés o ansiedad. La teoría y versión original que respalda el inventario, se sustenta en lo propuesto por Lazarus, R. y Folkman, S. (1986).</p>			

Consentimientos de los casos evaluados

Consentimiento Informado

Lugar:	Valle de Aburra, Antioquia
Fecha:	
Nombres y apellidos:	Vanessa Serna Galvis
Número de identificación:	1156555523
Número de teléfono:	316 352 4466
Correo electrónico:	
Fecha de nacimiento:	30/11/1982
Observaciones:	

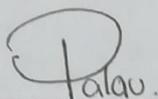


Nombre y Firma

La persona arriba firmante fue invitada a participar de manera libre e informada en una entrevista que hace parte del proyecto de tesis titulado: *las estrategias de afrontamiento del duelo en una muestra de Psicoterapeutas*, la cual tiene como responsable a la candidata a psicóloga Claudia Patricia Escobar Osorio, identificada con el número con la cedula de ciudadanía 43839033. El proyecto busca identificar el objetivo de describir las estrategias de afrontamiento del duelo que utilizaron los psicoterapeutas de una muestra de los psicoterapeutas practicantes en el valle de Aburra. Esta actividad no será remunerada a los participantes. Si el participante lo solicita se respetará la confidencialidad de su nombre y la información dada y tendrá una copia de los resultados de la investigación. En cualquier momento el participante puede negarse a continuar colaborando con el proyecto sin ninguna explicación. Cualquier reclamo, comentario o preocupación relacionada con el manejo de la información de las entrevistas será atendida en el teléfono 300 427 5668 o en el correo electrónico claupatri1326@hotmail.com.

Consentimiento Informado

Lugar:	Valle de Aburra, Antioquía
Fecha:	— 0 —
Nombres y apellidos:	Andrés Palau
Número de identificación:	1099832.152
Número de teléfono:	317 549 6120
Correo electrónico:	— 0 —
Fecha de nacimiento:	10 de Marzo 1984
Observaciones:	

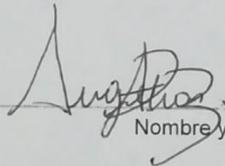


Nombre y Firma

La persona arriba firmante fue invitada a participar de manera libre e informada en una entrevista que hace parte del proyecto de tesis titulado: *las estrategias de afrontamiento del duelo en una muestra de Psicoterapeutas*, la cual tiene como responsable a la candidata a psicóloga Claudia Patricia Escobar Osorio, identificada con el número con la cedula de ciudadanía 43839033. El proyecto busca identificar el objetivo de describir las estrategias de afrontamiento del duelo que utilizaron los psicoterapeutas de una muestra de los psicoterapeutas practicantes en el valle de Aburra. Esta actividad no será remunerada a los participantes. Si el participante lo solicita se respetará la confidencialidad de su nombre y la información dada y tendrá una copia de los resultados de la investigación. En cualquier momento el participante puede negarse a continuar colaborando con el proyecto sin ninguna explicación. Cualquier reclamo, comentario o preocupación relacionada con el manejo de la información de las entrevistas será atendida en el teléfono 300 427 5668 o en el correo electrónico claupatri1326@hotmail.com.

Consentimiento Informado

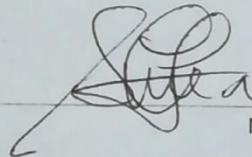
Lugar:	Valle de Aburra, Ant.
Fecha:	
Nombres y apellidos:	Angelo Diaz
Número de identificación:	1009.123.019 ^o
Número de teléfono:	3113750559
Correo electrónico:	_____
Fecha de nacimiento:	10-05-1980
Observaciones:	
	


 Nombre y Firma

La persona arriba firmante fue invitada a participar de manera libre e informada en una entrevista que hace parte del proyecto de tesis titulado: *las estrategias de afrontamiento del duelo en una muestra de Psicoterapeutas*, la cual tiene como responsable a la candidata a psicóloga Claudia Patricia Escobar Osorio, identificada con el número con la cedula de ciudadanía 43839033. El proyecto busca identificar el objetivo de describir las estrategias de afrontamiento del duelo que utilizaron los psicoterapeutas de una muestra de los psicoterapeutas practicantes en el valle de Aburra. Esta actividad no será remunerada a los participantes. Si el participante lo solicita se respetará la confidencialidad de su nombre y la información dada y tendrá una copia de los resultados de la investigación. En cualquier momento el participante puede negarse a continuar colaborando con el proyecto sin ninguna explicación. Cualquier reclamo, comentario o preocupación relacionada con el manejo de la información de las entrevistas será atendida en el teléfono 300 427 5668 o en el correo electrónico claupatri1326@hotmail.com.

Consentimiento Informado

Lugar:	Valle de Aburrá
Fecha:	
Nombres y apellidos:	Susana Caldas Luna
Número de identificación:	1.130.604.182
Número de teléfono:	3154898857
Correo electrónico:	
Fecha de nacimiento:	6/07/85
Observaciones:	

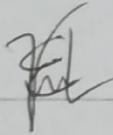


Nombre y Firma

La persona arriba firmante fue invitada a participar de manera libre e informada en una entrevista que hace parte del proyecto de tesis titulado: *las estrategias de afrontamiento del duelo en una muestra de Psicoterapeutas*, la cual tiene como responsable a la candidata a psicóloga Claudia Patricia Escobar Osorio, identificada con el número con la cedula de ciudadanía 43839033. El proyecto busca identificar el objetivo de describir las estrategias de afrontamiento del duelo que utilizaron los psicoterapeutas de una muestra de los psicoterapeutas practicantes en el valle de Aburrá. Esta actividad no será remunerada a los participantes. Si el participante lo solicita se respetará la confidencialidad de su nombre y la información dada y tendrá una copia de los resultados de la investigación. En cualquier momento el participante puede negarse a continuar colaborando con el proyecto sin ninguna explicación. Cualquier reclamo, comentario o preocupación relacionada con el manejo de la información de las entrevistas será atendida en el teléfono 300 427 5668 o en el correo electrónico claupatri1326@hotmail.com.

Consentimiento Informado

Lugar:	Valle de Aburrá
Fecha:	
Nombres y apellidos:	VICTORIA EUGENIA LUNA
Número de identificación:	31.291.918
Número de teléfono:	3154898227
Correo electrónico:	
Fecha de nacimiento:	18 MAYO - 1956
Observaciones:	

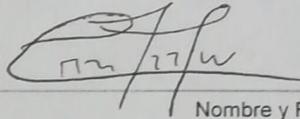


Nombre y Firma

La persona arriba firmante fue invitada a participar de manera libre e informada en una entrevista que hace parte del proyecto de tesis titulado: *las estrategias de afrontamiento del duelo en una muestra de Psicoterapeutas*, la cual tiene como responsable a la candidata a psicóloga Claudia Patricia Escobar Osorio, identificada con el número con la cedula de ciudadanía 43839033. El proyecto busca identificar el objetivo de describir las estrategias de afrontamiento del duelo que utilizaron los psicoterapeutas de una muestra de los psicoterapeutas practicantes en el valle de Aburrá. Esta actividad no será remunerada a los participantes. Si el participante lo solicita se respetará la confidencialidad de su nombre y la información dada y tendrá una copia de los resultados de la investigación. En cualquier momento el participante puede negarse a continuar colaborando con el proyecto sin ninguna explicación. Cualquier reclamo, comentario o preocupación relacionada con el manejo de la información de las entrevistas será atendida en el teléfono 300 427 5668 o en el correo electrónico claupatri1326@hotmail.com.

Consentimiento Informado

Lugar:	Valle de Aburrá
Fecha:	
Nombres y apellidos:	Tulio Caldas Iglesias
Número de identificación:	7.843.371
Número de teléfono:	315 563 5333
Correo electrónico:	
Fecha de nacimiento:	11 de Octubre de 1953
Observaciones:	



Nombre y Firma

La persona arriba firmante fue invitada a participar de manera libre e informada en una entrevista que hace parte del proyecto de tesis titulado: *las estrategias de afrontamiento del duelo en una muestra de Psicoterapeutas*, la cual tiene como responsable a la candidata a psicóloga Claudia Patricia Escobar Osorio, identificada con el número con la cedula de ciudadanía 43839033. El proyecto busca identificar el objetivo de describir las estrategias de afrontamiento del duelo que utilizaron los psicoterapeutas de una muestra de los psicoterapeutas practicantes en el valle de Aburrá. Esta actividad no será remunerada a los participantes. Si el participante lo solicita se respetará la confidencialidad de su nombre y la información dada y tendrá una copia de los resultados de la investigación. En cualquier momento el participante puede negarse a continuar colaborando con el proyecto sin ninguna explicación. Cualquier reclamo, comentario o preocupación relacionada con el manejo de la información de las entrevistas será atendida en el teléfono 300 427 5668 o en el correo electrónico claupatri1326@hotmail.com.