

# PROCESOS DE DUELO DURANTE LA ADOLESCENCIA Y EL PAPEL DEL DOCENTE

LIC. EN PSIC. JANNET MIRIAM MAYA ALVIRDE

8 DE JULIO 2020



El duelo es un proceso que experimentamos los seres humanos producto de los vínculos que establecemos a lo largo de nuestra vida, ya que al estar en constante interacción con los demás, se favorece el surgimiento de lazos afectivos de gran relevancia; y, de acuerdo al significado que se le dé a cada relación, según lo expresan varios autores (Fauré, 2004; Poch Y Herrero, 2003; Rojas, 2005), aumenta la vulnerabilidad de las personas a enfrentar pérdidas cuando se rompen dichos vínculos.

Hablar de procesos de duelo supone referirse a la muerte, sin embargo, a lo largo de nuestra vida nos enfrentamos a todo tipo de pérdidas que tienen que ver no solo con el fallecimiento de un ser amado, sino también, la pérdida de la salud, separación o ruptura amorosa, empleo, cambio de domicilio e incluso de una mascota. Es un periodo de dolor emocional en el que el individuo deberá no solo aceptar su pérdida, sino reacomodarse a ella y a su nueva realidad.

En el caso de los adolescentes, estos se ven expuestos a diferentes pérdidas desencadenantes de períodos de duelo, pues es el momento de dejar atrás las identificaciones infantiles y asumir caracteres que los definirán en la etapa adulta (Cravay, 2007). Por lo tanto, atraviesan por una etapa de crisis derivado de la transición de la niñez a la adultez, en donde el niño se encuentra inmerso en un mundo de fantasía y despreocupación, en un período de comodidad, dependencia hacia los padres y sin ninguna responsabilidad.

Es un proceso, en el cual entran en juego los cambios físicos con la aparición de los caracteres sexuales secundarios acompañados de la pubertad, así como cambios emocionales, y con ello las pérdidas, pérdidas que se convierten en duelos por aquello que fue y ya no es, lo que representa una época de sufrimientos, acompañada de la búsqueda de su nueva identidad.

De acuerdo con Arminda Aberastury y Knobel, en su obra “adolescencia normal” (Aberastury y Knobel, 1970, pág. 75). El adolescente tendrá que superar tres duelos:

- **Duelo por el cuerpo infantil:** El adolescente sufre cambios rápidos e importantes en su cuerpo, que en ocasiones llega a sentir como ajenos y externos que lo ubican en un rol de observador de lo que ocurre en su propio organismo más que de actor de los mismos.
- **Duelo por la identidad y el rol infantil:** Perder su rol infantil le obliga a renunciar a la dependencia y a aceptar nuevas responsabilidades. La pérdida de la identidad infantil, debe reemplazarse por una identidad adulta; en ese transcurso, surge la angustia, que supone la falta de una clara identidad.
- **Duelo por los padres de la infancia:** Renunciar a su protección, a sus figuras idealizadas e ilusorias, aceptar sus debilidades y su envejecimiento, así como que los padres de la adolescencia no son los mismos de la infancia.



Por tanto, el adolescente no solo debe enfrentar el mundo adulto para lo cual no está preparado, sino que además tendrá que desprenderse de su mundo infantil, en el cual vivía

comoda y plácidamente en su relación de dependencia y con todas sus necesidades básicas satisfechas.

El dolor que le produce abandonar su mundo y el conocimiento de que habrá más modificaciones dentro de sí, le mueven a llevar a cabo trasformaciones exteriores que le aseguren la satisfacción de sus necesidades en la nueva situación en que se encuentra ahora frente al mundo que, al mismo tiempo, le sirven de defensa contra los cambios incontrolables internos y de su cuerpo. (Aberastury, 1976, pág. 337).



Además de ello, en este período de transición el adolescente se enfrenta a diversas dicotomías, como el querer estar en soledad o acompañado, entre su idea de ternura y agresión, en ser egoísta o altruista, entre excesos o moderación, de tendencia a la suciedad o al hábito de limpieza, en fin, en ser todo y nada a la vez.

En todo este proceso, surge un mayor conflicto, ya que el adolescente se enfrenta a la realidad con el mundo del adulto, que, al sentirse juzgado, molestado y amenazado por este período de crecimiento, suele reaccionar con una total apatía, con rechazo y una fuerte necesidad de reafirmar su autoridad. Por lo que, el contexto tanto familiar como social serán determinantes para el sano desarrollo de su personalidad y resolución de su proceso de duelo.

En este sentido, el adolescente sufre un completo caos no solo en su mundo interior, sino que provoca también un fuerte conflicto en el contexto familiar e incluso escolar. Los padres presentan dificultades para adaptarse y aceptar el crecimiento de sus hijos, ellos de igual manera,

atravesan por procesos de duelo por los hijos; necesitan hacer el duelo por el cuerpo del hijo pequeño, por su identidad de niño y por su relación de dependencia infantil.



Ahora son juzgados por sus hijos, tienen que desprenderse del hijo niño y establecer una nueva relación con el hijo adulto, lo que representa muchas renunciaciones de su parte, por lo que, al perderse para siempre el cuerpo de su hijo niño se ven enfrentados con la aceptación de su propia realidad. (Aberastury a, Knobel, 1988, pág. 15-29).

Por lo anterior, es necesario resaltar la importancia del rol del docente en esta etapa de desarrollo de los adolescente, ya que como se ha mencionado, es una etapa dolorosa llena de contradicciones, confusión, dicotomías y fricciones con su medio familiar y social, tornándose vulnerables ante los embates de su nueva realidad; y, en el caso de no resolver de forma saludable su proceso de duelo, podrían verse expuestos a diversos factores de riesgo y conductas autodestructivas poniendo peligro su integridad tanto física como mental.

En este sentido, el docente como ente educativo, parte activa y constructora de la sociedad, tiene el deber de velar por el bienestar integral de todos y cada uno de los miembros que conforman ésta comunidad, no solo a nivel académico sino también a nivel psicológico, emocional, familiar y social.

Por lo tanto, el proceso de duelo de los adolescentes, debe ser abordado dentro del ámbito escolar por docentes que no sólo enseñen matemáticas u otras áreas del conocimiento, sino que además contribuyan a la elaboración de dichos procesos, pues el duelo es una realidad que está inmersa en nuestra cotidianidad y es una situación que puede y debe ser mediada desde el aula de clases.

Al respecto, Feijoo y Pardo en su obra; *La Escuela: Una amiga en el duelo*. “Cuando la escuela se interesa por los alumnos y alumnas que viven una pérdida, e incita a sus compañeros a

entenderles y arroparles, no solo está teniendo un gesto de humanidad, también está realizando una importante labor educativa.” (Feijoo, Pilar Y Pardo Ana Belén, 2003, pág. 42).

Esto no quiere decir que el docente sea el total responsable de la adecuada elaboración del proceso de duelo del adolescente, pero sí que tome parte de estos sucesos tornándose receptivo y empático, ya que entre las personas a las que los adolescentes acuden en busca de apoyo se encuentran los familiares, el grupo de pares, así como los y las docentes, pues estos representan factores importantes de contención.

Por ello, es importante hacer uso no de la rigidez con que a veces se pretende educar a los adolescentes, ya que esto sólo causará un distanciamiento mayor y complicación de sus conflictos y por ende de su personalidad, sino más bien, establecer comunicación y estrategias para ayudarlos a identificar y reconocer tanto sus fortalezas como sus áreas de oportunidad, lo que significa, enseñarles a aceptarse tal como son, así como a reconocer sus logros; de esta manera, estaremos proporcionándoles bases sólidas y objetivas sobre las cuales puedan construir una personalidad saludable.

Es importante resaltar, que los niños y/o adolescentes se comunican de forma diferente a la de los adultos, por eso, debemos saber identificar cuando un alumno se encuentra atravesando por una situación o proceso de duelo para poder brindarle el apoyo necesario y este a su vez comprenda de la mejor manera lo que le está ocurriendo.

Ante esto, es necesario, que el docente se capacite con respecto del tema, para poder guiar, acompañar, orientar y facilitar la elaboración del proceso de duelo de los adolescentes. Lo cual sería posible solo si se buscan las opciones que permitan dicha preparación como pueden ser: Diplomados, talleres o cursos de tanatología e incluso de logoterapia, ya que estas disciplinas contribuyen a la adecuada resolución de los procesos de duelo, así como a encontrar el sentido de vida del ser humano.

Fonnegra expone que, “así como se hacen programas de educación sexual para preparar a los niños y las niñas a vivir en el futuro una sexualidad plena, así mismo debe abrirse campo a la educación para la muerte.” Además, expresa que “muchos creen que no es necesario hablar con los niños y las niñas de la muerte. Para que mortificarlos, dicen, mostrándole la parte dolorosa de

la vida. Pero no hay tal. Los niños y las niñas desde muy pequeños sufren, están expuestos al dolor, a las separaciones y a las pérdidas.” (Fonnegra de Jaramillo, 1996, pág. 43.)

En conclusión, los adolescentes al igual que los adultos desde su nacimiento y a lo largo de la vida están expuestos a diversas pérdidas; por ello, es preciso que, desde la familia, la escuela y la sociedad se brinden las herramientas necesarias para que el adolescente logre la adecuada resolución de su proceso de duelo.

Para lo cual, el docente desde el área pedagógicas y didáctica, puede hacer uso de recursos como: lecturas o elaboración de cuentos, realización de obras artísticas, talleres, observación de videos que aborden la temática del duelo y los diferentes tipos de pérdidas, que den apertura al diálogo y la discusión desde las distintas áreas del aprendizaje, teniendo siempre presente que esto no debe, ni puede estar aislado del ámbito educativo.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Aberastury, Arminda, (1976.). *El mundo del adolescente*, Buenos Aires, Argentina: Ed. Kargieman.

Aberastury A, Knobel M. (1988). *La adolescencia normal*, Buenos Aires, Argentina Ed. Paidós

Recuperado el 8 de julio de 2020, de *La Adolescencia Normal Un enfoque psicoanalítico*

[http://bibliodiversa.todomejora.org/wpcontent/uploads/2016/11/070\\_ABERASTURY\\_adolescencia\\_normal-1.pdf](http://bibliodiversa.todomejora.org/wpcontent/uploads/2016/11/070_ABERASTURY_adolescencia_normal-1.pdf)

Psicología clínica y psicoterapia, (16 de agosto de 2016). *Jez. Gabinete Psicológico*. Recuperado el 8 de julio de 2020 de: <http://www.jezpsicologia.com/blog/adolescentes/106-los-duelos-en-la-adolescencia>.