



---

# TERAPIA GRUPAL PARA LA PÉRDIDA DE UN HERMANO: EL DUELO Y LA RESILIENCIA

---



Natalia Murillo Matilla

Trabajo final de grado Psicología

Facultad de Psicología, ciencias de la educación y del deporte

Universidad Ramón Llull

Dra. Nuria Farriols

30/05/2017

## **Agradecimientos**

A Núria, Montse, Silvia, Laia, Rosi, Alberto y a todos aquellos que han aportado su granito de arena al trabajo, sea de forma directa o indirecta.

*Aunque la pérdida de un ser querido es un acontecimiento que no puede escogerse, la elaboración del duelo es un proceso activo de afrontamiento lleno de posibilidades”*  
(Neimeyer, 2001)

## Índice

1. Introducción.....	6
2. Análisis y detección de necesidades.....	10
3. Objetivos.....	17
4. Actividades y programaciones propuestas.....	19
5. Discusión.....	43
6. Referencias bibliográficas.....	48
7. Anexos.....	51

## **Resumen**

Este proyecto de intervención se plantea como posible respuesta al vacío existente en terapias que versen sobre el duelo ante la pérdida de un hermano. La propuesta desarrolla una terapia en grupos de alrededor de 6 niños de edades comprendidas entre los 9 y 12 años. Su objetivo será trabajar el duelo ante la pérdida de un hermano a través de actividades basadas en la psicoeducación en resiliencia. Dicho proyecto está pensado para ser llevado a cabo a lo largo de un año y las sesiones están distribuidas siguiendo las cinco etapas de duelo (negación, ira, pacto/negociación, depresión y aceptación) propuestas por Kübler-Ross (1969). Cada dos meses se trabajan los aspectos significativos de cada una de dichas etapas, dedicando también una sesión mensual a la resiliencia.

Mediante esta terapia se pretende / busca acompañar a los pacientes a lo largo de proceso de duelo así como favorecer su comprensión del mismo y dotarles de herramientas para afrontar futuros procesos de similares características.

*Palabras clave:* duelo, resiliencia, terapia grupal, afrontamiento, pérdida entre iguales

## **Abstract**

This intervention project is conceived as a possible answer to the emptiness of therapies that deal with the grief of losing a brother. This proposal develops a therapy in groups of approximately 6 children between the ages of 9 and 12. The purpose is to work in the grief of losing a brother through activities based in resilience psychology. This project is thought to be implemented throughout a whole year and its sessions are created following the five steps of grief (negation, ire, negotiation, depression and acceptance) proposed by Kübler-Ross (1969). It will take two months to work in significant aspects of each steps, dedicating a monthly session to resilience.

*Key words:* grief, resilience, group therapy, confrontation, peer loss

## 1. Introducción

Los tabúes con respecto a la muerte son algo a la orden del día, es sabido que nuestra sociedad no recibe una educación adecuada que le ayude y prepare ante una futura pérdida afectiva. Esto contribuye a que este suceso no se conciba como una fase más de la vida, sino que tendemos a enfrentarnos a ella con miedo, sin experimentar las emociones negativas propias de la pérdida con normalidad (Esquerda & Agustí, 2012).

La sociedad no tiene en cuenta la importancia de la percepción de una educación adecuada con respecto al tema, puesto que la muerte es algo ineludible, el fallecimiento de alguna persona de nuestro entorno es un proceso que con mucha probabilidad todos viviremos (Echeburúa y Herrán, 2007). Y por esta razón, como bien mencionan (Esquerda y Agustí, 2012), no hay una concepción realista de la misma.

Dicha realidad puede afectar al proceso de duelo, puesto que, como se indica en la siguiente afirmación, “señalándose la importancia de la sociedad dentro de dicho proceso, se podría considerar el mismo como un conjunto de procesos psicológicos y psicosociales que siguen a la pérdida de una persona con la que el sujeto en duelo, el deudo, estaba psicosocialmente vinculado” (Tizón, 2004, p.19).

En cuanto a una concepción generalista del duelo, según Pacheco (2003) podemos observar las principales características del mismo:

*El duelo es una respuesta universal a una pérdida (o a una separación) a la que se enfrentan los seres humanos de todas las edades y de todas las culturas (...) Es algo personal y único y cada persona lo experimenta a su modo y manera. Sin embargo, produce reacciones humanas comunes. El duelo es una experiencia global, que afecta a la persona en su totalidad: en sus aspectos psicológicos, emotivos, mentales, sociales, físicos y espirituales.* (p. 33) Cabría señalar que el proceso de duelo se lleva a cabo ante cualquier pérdida, más allá de la desaparición de un ser querido, por ejemplo, un divorcio, cambio de domicilio, despido

laboral, ruptura amorosa, etc (Cabodevilla, 2007). No obstante, en este trabajo nos centraremos en la pérdida de un ser querido, en concreto, la de un hermano.

En cuanto a la superación del proceso, se daría por finalizado cuando el deudo pueda recordar el pasado y a su ser querido, sin sentir malestar, con afecto sereno, “superando”, así su pérdida (Barreto y Soler, 2007).

Por ende, Thomas (1991) sostiene que un duelo superado positivamente ayuda a madurar a las personas y estimula sus facultades creadoras; por el contrario, no hay nada más perjudicial que un duelo frustrado o no expresado adecuadamente. Para los niños la pérdida de un ser querido también puede provocar cambios en el desarrollo de su identidad, pues al experimentar este suceso de forma pasiva pueden sentirse abandonados, llevándoles en muchos casos a sentirse culpables, paralizados, o madurando precozmente, etc. (Gamo y Pazos, 2009).

Entre otras cosas, el hecho de que los niños no hayan desarrollado su personalidad puede hacer más improbable que tengan las estrategias para afrontar el proceso de duelo y, por ende, esto impida el desarrollo emocional del menor y una adecuada adaptación a la realidad surgida (Tizón, 2004).

Dicho desarrollo de las estrategias de afrontamiento será necesario durante todos los procesos de duelo, pero sobre todo en aquellos de mayor dificultad, como la muerte de un hermano. Este hecho, como señala Serra (2014), es una de las vivencias más difíciles de comprender para el infante y dejará a su familia en una complicada situación de inmenso dolor. Y como sigue señalando Serra, el tiempo de duelo será difícil por todo el desorden emocional que produce, por las olas de tristeza, y esto lo sentirán sobre todo durante el primer año por primera vez sin el hermano en casa.

Por otro lado, la terapia grupal entre iguales es uno de los programas de intervención recomendados para los niños que han padecido una pérdida (Jacobs, Harvill, & Masson,

1994; Pennells & Smith, 1995; Tonkins & Lambert, 1996; Webb, 1993; Yalom, 1985; Zimpfer, 1991). Además, el sentido de comunidad (Jacobs et al., 1994) y universalidad (Yalom, 1985) es terapéutico y provee un lugar seguro para practicar habilidades como expresar sentimientos o simplemente hablar sobre la persona fallecida. Eso normaliza la experiencia de la muerte porque otorga el derecho a hablar sobre la misma: otros la han experimentado y han sobrevivido pudiendo así seguir con sus vidas. Estas ventajas alivian el sentido de aislamiento, normalizando la experiencia, el desarrollo y practicando las habilidades de superación que únicamente pueden darse en un marco grupal. Las ventajas de aliviar la sensación de aislamientos, normalizando la experiencia, y desarrollando y llevando a la práctica las habilidades aprendidas sólo pueden ocurrir en el seno de un grupo (Zambelli & DeRosa, 1992). Tonkins & Lambert (1996) fueron los pioneros en documentar los efectos beneficiosos de un grupo de arteterapia de duelo para niños que habían experimentado la pérdida de un familiar. Dicho estudio empírico, cuya duración era de ocho semanas, era llevado a cabo para niños de siete a once años que habían perdido a un padre o a un hermano/hermana siendo asignados aleatoriamente a un grupo control o al grupo que recibió tratamiento. La participación en el grupo experimental se asoció con una disminución de la sintomatología y fue suficientemente potente como para sugerir la eficacia de un grupo de ayuda de corta duración para niños que hubiesen tenido una pérdida de un padre o hermano.

Debido al recorrido del que gozan las terapias grupales para niños que hayan padecido la pérdida de un familiar se propone un proyecto interventivo grupal focalizado en la pérdida de un hermano y la psicoeducación en la resiliencia. Puesto que, como indica Goleman (2013) la resiliencia emocional se refiere a la prontitud con que nos recuperamos de un contratiempo y que, en consecuencia, las personas muy resilientes son las que más rápidamente se recuperan. Además añade Goleman que se pueden fortalecer los circuitos

prefrontales izquierdos que cumplen la función de sosegar la amígdala, es decir, puede haber una mejoría en los niveles de resiliencia de cada uno.

Con la terapia grupal propuesta se pretende comprobar si la psicoeducación en cuanto a la resiliencia en niños que hayan padecido la pérdida de un hermano correlaciona con un afrontamiento de la misma más adaptativo y una disminución de la sintomatología durante el duelo para prevenir, como indican diversos autores (Berlinsky & Biller, 1982; Siegel, 1985), las consecuencias de un duelo no resuelto incluyendo entre ellas un aumento de los trastornos mentales en la etapa adulta y una personalidad frustrada.

En respuesta a esa necesidad de una recuperación saludable del proceso de duelo padecido en el seno familiar surge el diseño de un proyecto de intervención acotado en un año.

## 2. Análisis y detección de necesidades

Mediante este trabajo recoge aspectos de los múltiples programas de intervención para niños que padecen o han padecido una pérdida (Jacobs, Harvill, & Masso5n, 1994; Pennells & Smith, 1995; Tonkins & Lambert, 1996; Webb, 1993; Yalom, 1985; Zimpfer, 1991) y , a su vez, se cerciora a través de los mismos de los beneficios de la terapia grupal, y de si sería adecuado llevar a cabo dichas terapias en un caso particular como es la pérdida de un hermano trabajando, a priori, únicamente la resiliencia.

Con tal de favorecer la delimitación de las necesidades se realizan, a continuación, cuatro entrevistas. Las mismas se realizaron a la Sra. Montse Mas, trabajadora social; a la Sra. Silvia Guillamón psicóloga especializada en el ámbito infantojuvenil y la cual en su Centro Psicológico aplica terapias grupales a niños que hayan padecido una pérdida; a la Sra. Rosa, madre de un niño que falleció en el año 2000 en un accidente y, finalmente, a la Sra. Laia que padeció la pérdida de su hermano a los nueve años.

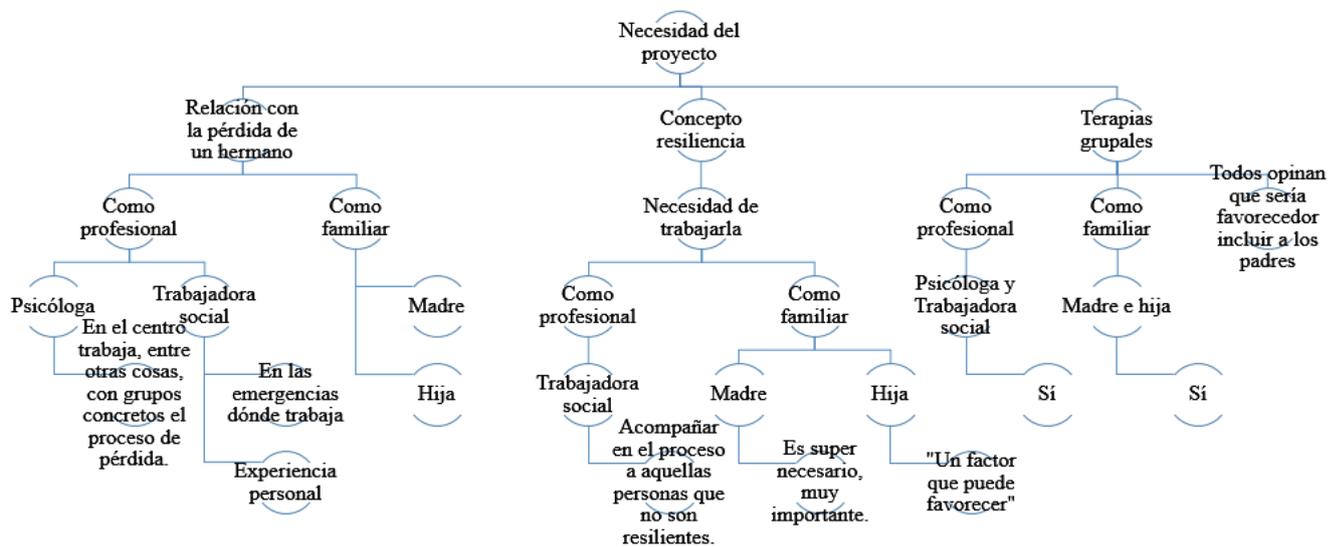


Figura 1. Necesidades del proyecto

En las entrevistas se realizó la búsqueda de respuestas a la necesidad (Ver Figura 1.) que planteaba el proyecto a través de la realización de una serie de preguntas. En primer lugar era necesario conocer cuál era la relación que tenía cada uno de ellos con respecto a la

pérdida de un hermano: los familiares estaba claro pero, por ejemplo, los profesionales acotaron que sí que tenían relación; una a nivel personal (la trabajadora social) y otra en su centro psicológico en las terapias grupales dónde había niños que hubiesen padecido una pérdida.

Por otro lado, siguiendo con el análisis de las entrevistas, se les preguntó en cuanto a la necesidad de realizar terapias grupales para este tipo de pérdidas. Como profesionales respondieron que sí que lo creían conveniente, y más teniendo en cuenta que la psicóloga realiza este tipo de terapias. Y, en cuanto a las familiares, también respondieron que creían que sería favorecedor el hecho de trabajar la pérdida junto a otros niños que también la hubiesen padecido.

Finalmente, y no algo menos importante, pero sí relacionado con las terapias grupales, se les preguntó qué sabían de la resiliencia y si creían que serían beneficioso incluirla. Los familiares respondieron que era muy importante y necesario este trabajo y que era un factor que podía favorecer. En cuanto a lo que dijo sobre el tema la trabajadora social fue que sería interesante acompañar en el proceso a aquellas personas que no son resilientes.

Un análisis más en profundidad daría lugar, en cuanto a los profesionales implicados en el ámbito, se realizó una entrevista a la Sra. Montse Mas, trabajadora social y profesora en el Máster de intervención en catástrofes en UVIC.

A la Sra. Mas se le pregunta si ha estado en contacto directo con niños que hayan padecido la pérdida de un hermano y responde que sí, que lo estuvo pero como experiencia personal y ella también se incluye dentro del proceso.

Por otro lado se comenta si hay necesidad de crear un espacio para acompañar a los menores durante el proceso de duelo tras la pérdida de un hermano y responde que “Creo que lo que es necesario es un acompañamiento que le ayude a comprender el cambio que está padeciendo. Acompañar a los padres para que sepan relacionarse, con su dolor y

padecimiento, con su hijo. No soy partidaria de procesos terapéuticos en temas de duelo, solo en aquellos casos en los que sea totalmente necesario, y con existencia de indicadores que lo recomienden”

También se le pregunta específicamente sobre la necesidad de trabajar la resiliencia y comenta “...Creo que lo que es importante es conocer los diferentes tipos de reacciones de las personas ante situaciones de fuerte impacto emocional. Se debe ser consciente que la resiliencia es un proceso, un camino, para adaptarse a las adversidades. Hay muchas personas que son resilientes, pero es cierto que también las hay que no lo son, y los profesionales pueden ayudar y/o acompañar en este proceso a las personas que presenten dificultades para adaptarse a situaciones estresantes o hechos impactantes.”.

Se prosigue con un resumen de la entrevista realizada a Sra. Silvia, la cual es psicóloga como se comentó con anterioridad, para preguntarle sobre la necesidad de realizar el proyecto interventivo dirigido a niños de 9 a 12 años que hubiesen padecido la pérdida de un hermano/a.

En primer lugar se le pregunta sobre las líneas de trabajo en el centro y la distribución de los niños y adolescentes dentro de los grupos y responde que “Los grupos se distribuyen por edades y por problemáticas a abordar, las líneas básicas son, conducta, pérdidas y dificultad en las HHSS.”... Además añade que “la mayoría son niños de 6 a 16 años...” y que “...la media de niños por grupo es de 5 o 6...”.

Además se le pregunta específicamente si consideraría la inclusión de un grupo específico para trabajar el duelo de la pérdida de un hermano en su centro psicológico y respondió que se realizaría ...”si cupiera la posibilidad de hacer un grupo únicamente donde se trabaje la pérdida del hermano, pero actualmente no es posible.” y en cuanto al trabajo de la resiliencia dentro del proceso Guillamón indica que “...creo que siempre se debe hacer

hincapié en el trabajo de la resiliencia porque es un fin del proceso y un indicador de la sana resolución del mismo”.

Y, finalmente, se le pregunta a Silvia sobre la posibilidad de incluir a los padres dentro en sesiones esporádicas y responde que “Es muy positivo y necesaria la inclusión de los padres, especialmente en el proceso de duelo. Ellos son modelos y debemos introducirlos para que el proceso sea óptimo.

También se llevó a cabo una entrevista a una madre que padeció la pérdida de su hijo en el año 2000 y que es la directora del grupo de ayuda *Un nou horitzó*, dónde padres que han padecido la pérdida de su hijo se acompañan durante el proceso de duelo. Durante la entrevista se habló sobre los beneficios que explicitan los padres que acuden a las sesiones y la necesidad que exponen, algunos de ellos, a medida que avanzan en su proceso de duelo, de atender las necesidades de los hijos que no únicamente han perdido a su hermano/a sino también temporalmente a sus padres.

Durante la entrevista se le pregunta, entre otras cosas, que cómo vivió el cambio estructural y ella respondió que “Lo viví con mucho dolor, al principio, y dualidad de sentimientos: dolor por un lado y ganas de luchar por la hija que estaba en vida.

La familia lo vivió con dolor y haciendo soporte.”

Por otro lado se le pregunta si ella, como deudo de un hijo, acudió a terapia grupal a que responde que sí y, a horcajadas de la pregunta anterior, se le comenta si cree que hubiese sido beneficioso para su hija acudir a un grupo terapéutico y ella comenta que “Creo que sí, de hecho mi hija, junto a los otros hermanos del accidente colectivo, hablaba de su pérdida y eso le ayudaba. Tampoco creo que sea imprescindible.”.

También se le pregunta si cree que hubiese sido importante incluirse, junto al padre, dentro de la terapia grupal a la que acudiese su hija y responde que “Sí, porque los padres en la terapia de grupo escuchen o vean cosas que en casa el niño no es capaz de expresar...”.

Y, finalmente, la última entrevista se le hizo a la Sra.Laia la cual, a los nueve años, perdió a su hermano en un accidente de tráfico.

En primer lugar se le pregunta por la edad que tenía cuando hubo el fallecimiento y responde que tenía nueve años, como se comentó anteriormente. Además, se le pregunta, igual que se le preguntó a la madre, cómo vivió el cambio estructural en la familia y responde que “Fue confuso. Noté mucho cambio sobre todo porque el primer año y medio/dos años tras la pérdida pasábamos la mayor parte del tiempo libre con otros padres y hermanos...”. Añade que no se le habló del duelo, no que ella recordase.

Se le pregunta sobre el concepto de resiliencia y cuál cree que es el papel que juega y comenta que “Es un factor que puede favorecer durante el proceso de pérdida”.

En cuanto al grupo terapéutico, se le pregunta a la Sra. Laia si cree que hubiese sido beneficioso trabajar el proceso de duelo y resiliencia en grupo y responde que “Opino que podría ser beneficioso, en caso de ser necesario, no solo por la experiencia del resto de niños parecida a la de uno, si no por el acompañamiento durante el proceso”.

También se le pregunta, a la deudo de su hermano, si considera que hubiese sido beneficioso incluir a sus padres en algunas sesiones del grupo terapéutico y responde que “Creo que sí, me hubiese ayudado a entender lo que me ocurría y lo que les ocurría a ellos. Y a ellos también a entenderme un poco más”.

Y, finalmente, se le pregunta qué es lo que le hubiese gustado trabajar en el grupo y añade que “La fase de rabia, conocer un poco más cómo se relacionaban con sus padres, cómo les explicaron la pérdida. En definitiva, trabajar las emociones que se dan durante el proceso”.

Por otro lado, en cuanto al lugar dónde se propone llevar a cabo la intervención, la misma tendría lugar en el centro *L'Arbre* situado en la localidad de Cerdanyola del Vallés (Barcelona). En dicho centro psicológico, el cual proviene de la estancia de la directora del centro (Sra.Silvia Guillamón) en la asociación *Illa Blanca* dónde se inspiró en el trabajo

sobre el acompañamiento de niños, adolescentes y familias que se encontraban en procesos de pérdida (separaciones, enfermedades, muerte de seres queridos, adopciones, cambios migratorios...), se trabajan los procesos mencionados con anterioridad tanto a nivel individual, en cuanto a entrevistas y *screenings*, y también a nivel grupal dónde se distribuye a los niños y adolescentes en grupos dónde tengan aspectos en común de los que enriquecerse los unos de los otros. También dentro del centro se trabaja con los padres a nivel individual y reuniones esporádicas.

Además, a horcajadas del enfoque del proceso como un fenómeno grupal, teniendo en cuenta que la vida humana precisa un entorno social, de relación con otros, lleno de interacciones y vínculos. Y que las emociones y la conducta son un fenómeno intersubjetivo (Gamo y Pazos, 2009), se plantearía una intervención grupal enmarcada en dicho centro para el trabajo de las estrategias de afrontamiento de la pérdida de un hermano, puesto que si la persona sufre un trauma, su reintegración será a partir de un nuevo desarrollo (Cyrulnik, 2009).

Hay que tener en cuenta que, según dijo Thomas Attig citado en Neimeyer, (2001): *“Aunque la pérdida de un ser querido es un acontecimiento que no puede escogerse, la elaboración del duelo es un proceso activo de afrontamiento lleno de posibilidades”* (p. 61).

Y, por lo tanto, uno de los objetivos principales del proyecto interventivo sería el desarrollo de la resiliencia durante el proceso de duelo mediante las terapias grupales. Puesto que, como bien es sabido:

*“las fortalezas que desarrollan y/o potencian las personas, familias y/o comunidades ante adversidades crónicas (ej. situaciones de pobreza, disfunción familiar...) o puntuales (ej. accidente, enfermedad, atentado terrorista, desastre natural...), siendo éstas, el resultado de*

*los procesos que se generan de la interacción entre los factores de protección y de riesgo tanto individuales como ambientales (Mateu, Gil & Renedo, 2009, pág.7 ).”*

Respondiendo a la propuesta de un proyecto interventivo, en el siguiente apartado se detalla el mismo.

### **3. Objetivos**

Mediante el proyecto de intervención se pretende, basándose en los múltiples programas de intervención para niños que padecen o han padecido una pérdida (Jacobs, Harvill, & Masson, 1994; Pennells & Smith, 1995; Tonkins & Lambert, 1996; Webb, 1993; Yalom, 1985; Zimpfer, 1991) y no solo acompañar durante el proceso de duelo a los niños que hayan padecido la pérdida de un hermano/a, sino también fomentar la educación en resiliencia. Como se comentó en el apartado introductorio, la resiliencia emocional se refiere a la prontitud con que nos recuperamos de un contratiempo y que, en consecuencia, las personas muy resilientes son las que más rápidamente se recuperan (Goleman, 2013).

Se pretenden evitar o disminuir, en la medida de lo posible, consecuencias de un duelo no resuelto incluyendo entre ellas un aumento de los trastornos mentales en la etapa adulta y una personalidad frustrada (Berlinsky & Biller, 1982; Siegel, 1985).

El objetivo general es el de, como se comenta en los párrafos anteriores, acompañar durante el proceso de duelo y ver si el trabajo en resiliencia durante un año favorece a una mejor consecución del mismo.

Por otro lado, en cuanto a objetivos específicos, van relacionados con las cinco etapas del duelo, como postula Kübler-Ross (1969): negación, ira, pacto/negociación, depresión y aceptación.

Durante todos los meses, como objetivo general, se tendrá el aprendizaje de la resiliencia, se dará una sesión mensual para trabajarla.

Durante el primer mes, el que sería Enero por poner un ejemplo, el objetivo primordial es el adaptarse al grupo, para favorecer el sentido de comunidad (Jacobs et al., 1994) y universalidad (Yalom, 1985). También tiene como objetivo específico el de iniciarse en el conocimiento del proceso de duelo.

Por otro lado, el objetivo específico de Febrero y Marzo sería el de comprender y trabajar la negación que, como diría Kübler-Ross (1969), sería la imposibilidad de aceptar y reconocer.

Abril y Mayo, los siguientes dos meses, se destinaría al trabajo de la ira que es una reacción emocional de rabia, envidia, resentimiento y hostilidad, como apuntala misma autora. Por ello durante esos dos meses se tiene como objetivo el trabajo de las emociones, de las reacciones emocionales y el reconocimiento de las mismas.

Siguiendo con Junio y Julio tocaría el trabajo del pacto/negociación que, es una forma de afrontar la culpa y se entabla, de forma imaginaria o real, con aquellos hacia los cuales dirigió la ira. Estos dos meses tendrían como objetivo el aprendizaje de estrategias de afrontamiento.

Por otro lado los meses de Agosto y Septiembre se destinarían a la fase de depresión, la cual se define como los sentimientos de un profundo vacío y dolor ante la penosa situación. Estos meses tendrían como objetivo el trabajo de la autoestima, el espacio para uno mismo y la legitimación de sentimientos.

En cuanto a los meses de Octubre y Noviembre serían destinados a trabajar la última fase de duelo, la de la aceptación. El objetivo sería el de haber hecho una comprensión del propio proceso de duelo.

Finalmente, en cuanto al último mes, se dejaría libre para organizar sesiones conjuntas con los progenitores o alargar alguna actividad que no se hubiese podido realizar tal y como se había calendarizado.



La figura 2 representa el diseño del proyecto “Las cinco estaciones” dónde se distribuyen los meses, de cuatro sesiones cada uno, según la etapa del duelo. El primer mes se llevaría a cabo la introducción y, al ser un proyecto previsto para un año, hay un mes que se deja en desuso previniendo los festivos. El resto de meses, cada dos, se dedican como se comentó a las fases del duelo: la negación, la ira, el pacto/negociación, la depresión y la aceptación.

A continuación se detalla mensualmente la programación:

Tabla 1.  
*Introducción*

<b>Introducción</b>		
	Material empleado	Actividades
<b>SESIÓN 1</b>	-	Presentación y explicación motivo de estar en el grupo. Se conocen y empiezan a interactuar.
<b>SESIÓN 2</b>	Libro “El pato y la muerte” de Wolf Erlbruch	Lectura de fragmentos del libro (media sesión) y reflexión sobre el acompañamiento de la muerte a lo largo de la vida.
<b>SESION 3</b>	Ficha “metamorfosis mariposa” (Véase Figura 3)	Explicación del proceso del duelo y comparación con la metamorfosis de la mariposa. Empezarse a situar dentro del proceso e inicio elaboración ficha.
<b>SESIÓN 4</b>	Ficha “Metamorfosis mariposa”	Continuación de la elaboración de la ficha, a guardar y revisar mensualmente para ir reflexionando sobre los avances dentro del proceso. Se inicia el trabajo del mes siguiente preguntando si se despidieron de sus familiares.

El objetivo de las cuatro primeras sesiones es el de situarse dentro del grupo e iniciar la formación e información sobre el duelo. Por ello serán sesiones más abiertas, sobre todo la primera, para facilitar la participación de los componentes del grupo.

Durante la primera sesión del mes, para favorecer el sentido de comunidad (Jacobs et al., 1994) y universalidad (Yalom, 1985) que se generan en los grupos, se plantea el espacio dónde se llevaran a cabo las sesiones, la temporalidad y la distribución de las mismas. Además, se procede a la presentación y explicación de la razón de cada uno para acudir a la terapia y se comenta que en la próxima sesión se llevará a cabo la lectura de un libro llamado *El pato y la muerte*. La sesión durará, como está indicado arriba, una hora y su objetivo será el de iniciar a los integrantes en el marco que les envolverá durante el año que dura la propuesta y empezar a trabajar, a través del libro de Wolf Elbruch, el concepto de la muerte.

Durante la siguiente sesión, en primer lugar, se pregunta cómo fue la semana y seguidamente se inicia la actividad del libro de Wolf Elbruch. Durante la misma se leen varios fragmentos sobre el libro durante aproximadamente media sesión y luego se realiza una reflexión sobre el acompañamiento de la muerte a lo largo de la vida.

En lo referido a las sesiones restantes se trabajará la actividad de “la metamorfosis de la mariposa” (Ver figura2.)



Figura 3. La metamorfosis de la mariposa.

Dicha actividad consistirá en, durante la primera sesión, la comparación entre las cinco fases del duelo con las evolutivas de la metamorfosis. Se comentará que el proceso de duelo tiene diferencias, por ejemplo, que puede ser que de vez en cuando retrocedan de fase y es algo normativo. Seguidamente se proseguirá a la elaboración de una metamorfosis para que les acompañe a lo largo de las sesiones.

La última sesión, como se comentó, se acabará esta actividad si es que no se pudo terminar la sesión anterior y se trabajará la despedida de los familiares. Es decir, se preguntará si se pudieron despedir y cómo lo hicieron, y a los que no pudieron se les dará un espacio para que lo puedan realizar (ya sea mediante un diario, o escogiendo algún elemento significativo/representativo, entre otros).

Tabla 2.  
*La negación*

<b>La negación</b>		
	Material empleado	Actividades
<b>SESIÓN 1</b>	Uso de la plataforma <i>Sesame Street: “Familias en la aflicción”</i> (Véase en Anexo 3.1).	¿Cómo ha ido la semana? Trabajamos la despedida del familiar, dándole la forma que el niño/a crea. Trabajamos la explicación de la muerte mediante la plataforma de <i>Sesame Street: “Familias en la aflicción”</i> .
<b>SESIÓN 2</b>	“Frankenweenie” de Burton (2012)	¿Cómo ha ido la semana? + Visualización película.
<b>SESION 3</b>	“Frankenweenie” Burton (2012)	¿Cómo ha ido la semana? + Terminar visualización y realización de preguntas al respecto.

---

**SESIÓN 4**

Recortes de prensa

¿Cómo ha ido la semana?

Resiliencia 1: Explicación del concepto de resiliencia y lectura de recortes de prensa. Trabajar cómo respondería una persona con resiliencia y sin ella. Empezamos a trabajar la autoestima, ¿Qué es?.

---

En cuanto a lo que se refiere al mes (ver tabla 2) indicado se propone, como se señaló en el apartado de objetivos, trabajar la fase de la Negación del proceso de duelo definido por Kübler-Ross (1969).

En la primera sesión del mes se trabajará, a partir de la plataforma *Sesame Street: "Familias en la aflicción"* la explicación del concepto de la muerte. Se accederá al portal de la web en parejas y se procederá a la lectura de los textos que aparezcan en la página y, entre ellos, comentaran lo que extraigan sobre la muerte. Seguidamente lo compartirán con el resto del grupo y el terapeuta hará indicaciones si es necesario.

Por otro lado, en cuanto a las Sesiones 2 y 3, se procederá a la visualización de la película "Frankenweenie" de Burton (2012) y tras la finalización de la misma, se realizarán las siguientes preguntas: ¿Cómo piensas que se siente Carl? ¿Era igual Carl de joven? ¿Cuáles son los motivos por los que crees que Carl no quiere tocar nada de la casa? ¿Cómo es Russell? ¿Quién suele cuidar de Russell? ¿Qué emociones crees que comparten? Y al final de la sesión se reflexionará sobre lo que cada uno responda de la batería de preguntas.

Finalmente, en cuanto a la cuarta sesión, se procederá al trabajo de la resiliencia. Se hará una explicación teórica sobre el concepto en sí y tras esa explicación, a partir de varios recortes de periódico, se preguntará de cada uno de los protagonistas como actuarían si lo hicieran de manera resiliente y como no y se reflexionará sobre ello. Se introducirá también el concepto de "Autoestima" que se trabajará en la siguiente sesión.

Tabla 3.

*La negación II*

<b>La negación II</b>	
Material empleado	Actividades
<b>SESIÓN 1</b>	Fotografías de situaciones que incitan a que se realice una decisión. <i>¿Cómo ha ido la semana?</i> + Trabajo de los conceptos: activo, reactivo y proactivo.
<b>SESIÓN 2</b>	Fotografías del familiar en las que aparecemos nosotros y que nos evocan buenos recuerdos. <i>¿Cómo ha ido la semana?</i> + Trabajamos mediante las fotografías la realidad y reflexionamos sobre la negación.
<b>SESION 3</b>	Hojas de papel blanco, lápices y bolígrafos. <i>¿Cómo ha ido la semana?</i> Resiliencia 2: Trabajo de la autoestima : Ventana de Johari
<b>SESIÓN 4</b>	- Reunión padres e hijos: trabajo de la negación y <i>feedback</i> entre padres e hijos.

En cuanto a la primera sesión, siguiendo con el trabajo relacionado con la fase de la negación, se realiza una explicación de los conceptos activo, reactivo y proactivo. Seguidamente se trabaja, mediante fotografías que evocan a la toma de decisiones, una actividad dónde se reflexiona sobre cómo reaccionaría de forma activa, reactiva y proactiva y

que pros y contras extraen de las situaciones. Se les pide que traigan, para la siguiente sesión, un par de fotografías con el hermano/a.

Por otro lado, en cuanto a la segunda sesión, a través de la visualización de las fotografías se pretende trabajar esa negación. Se les hace explicar qué recuerdan de esa situación junto a su familiar y, en caso de no recordarlo o no aparecer en la fotografía, qué creen que estaría pasando. Se pregunta también qué emociones sienten.

En cuanto a la sesión de trabajo de resiliencia, que es la tercera, se prosigue con el trabajo de la autoestima mediante una actividad inspirada en la ventana de Johari (ver figura 4).

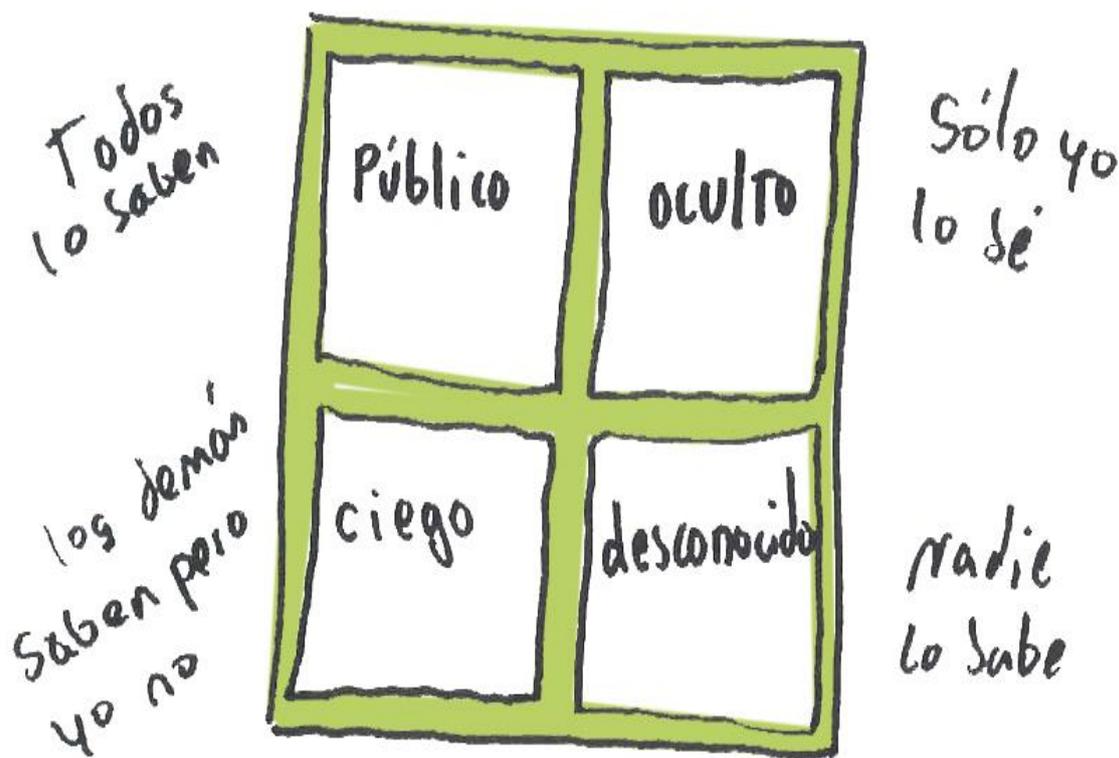


Figura 4. La ventana de Johari.

Esta actividad consiste en que se les reparta a cada uno, una hoja blanca y un bolígrafo o lápiz. Deben dibujar un círculo que ocupe gran parte de la hoja y dividirlo en dos semicírculos mediante una línea. Seguidamente se escribe en la mitad superior de la hoja adjetivos que nos identifican, o actividades y, al finalizar, se pasa a los compañeros para que en la mitad del círculo inferior escriban aquello que identifique a los demás. Cuando la hoja llega al dueño se reflexiona sobre si sienten que coincide lo que ellos escribieron con lo que los demás pusieron y el porqué.

Finalmente, la última sesión del mes consiste en una reunión en la que se cita a los padres para que participen en el proceso de sus hijos, y sus hijos en el suyo, Se les explica que se estuvo trabajando, en este caso, la fase de negación y ellos comenta cómo se sienten y en qué momento se encuentran.

Tabla 4.

*La ira*

<b>La ira</b>		
	Material empleado	Actividades
<b>SESIÓN 1</b>	Libro:  <i>Emocionario: di lo que sientes</i>  Palabras aladas.	¿Cómo ha ido la semana?  Se procede a la lectura del Emocionario y se reflexiona sobre las emociones que aparecen, cuales se conocían y cuáles no.
<b>SESIÓN 2</b>	Hojas de papel y bolígrafo.	¿Cómo ha ido la semana?  Se escriben en un papel las emociones que se trabajaron la sesión anterior. Se juega a adivinar las emociones.
<b>SESION 3</b>	Visualización	¿Cómo ha ido la semana?

	<p>fragmentos película “Inside out” de Docter &amp; Del Carmen, (2015)</p>	<p>Se pregunta cómo fue la semana y se pregunta con qué emoción se identifican y se pide que cojan un papel y pinten del color que se sienten identifiquen.</p>
<p><b>SESIÓN 4</b></p>	<p>Corto “Alike” de Cano &amp; Martínez (2016)”.</p>	<p>¿Cómo ha ido la semana? Resiliencia 3: Los vínculos afectivos</p>

Por otro lado, en cuanto al cuarto mes (ver tabla 4), el trabajo que se inicia en el mismo es el de la fase de la Ira definida por Kübler-Ross (1969).

Durante la primera sesión se trabajará *El libro de Emocionario: di lo que sientes* de Núñez et al. (2014) y se elabora un listado a través del mismo sobre las emociones que aparecen. Se cuestiona cuales conocían y cuáles no.

Por otro lado, siguiendo con el trabajo sobre las emociones, en la segunda sesión del mes se elaboran con cartulinas tarjetas de las emociones, es decir, se escribe en cada una el listado que se trabajó en la anterior sesión. Seguidamente se realiza el juego de adivinar las emociones, el mismo consiste en que cada uno se coloque en la cabeza, sin verlo, un cartel e intente a través de preguntas adivinar la emoción que es.

La siguiente sesión se procede a la visualización de fragmentos de *Inside out*, (2015).

Primeramente se visiona del minuto 1 al 4:40 dónde se explican cuáles son las emociones básicas. Durante ese fragmento van apareciendo las emociones de la alegría, la ira, el asco, el miedo y la tristeza. Da lugar a comentar qué lugar se le otorga a la emoción de la tristeza en ese fragmento del filme. Y, por otro lado, del fragmento 1:15:00 al 1:22:00 dónde se legitima y se da importancia a la emoción de la tristeza. Durante el mismo la emoción de la

alegría se da cuenta de la importancia de la emoción de la tristeza durante el desarrollo de la protagonista. Es otro elemento que puede dar lugar a debate.

A partir de la visualización de la película se reflexiona sobre la importancia de legitimar todas las emociones.

Finalmente, en cuanto a la sesión dónde se trabaja la resiliencia, se deciden trabajar los vínculos emocionales a través del corto de Cano y Martínez, (2016) dónde se puede observar la importancia que tiene una sana relación entre padres e hijos. Tras la visualización del mismo se reflexiona sobre la relación que tienen con sus progenitores y cómo pueden comunicarles las necesidades que tengan dándoles herramientas para ello.

Tabla 5.

*La ira II*

<b>La ira II</b>		
	Material empleado	Actividades
<b>SESIÓN 1</b>	Recortes Periódico.	¿Cómo ha ido la semana? + Expresión ira
<b>SESIÓN 2</b>	-	¿Cómo ha ido la semana? + <i>Role-playing</i> de Estrategias de afrontamiento.
<b>SESION 3</b>	Pañuelos de varios colores (tantos como niños haya en sesión).	¿Cómo ha ido la semana? Resiliencia: vínculos afectivos (juego Eres, Eres)
<b>SESIÓN 4</b>	-	Reunión padres e hijos: trabajo Ira y <i>feedback</i> padres e hijos.

En cuanto a lo que refiere este mes se continúa con el trabajo de la fase de la Ira (Ver tabla 5).

La primera sesión se trabaja la expresión de la misma mediante una actividad. La misma consiste en coger periódicos y hacerlos pedazos, pero no sin más, sino en cada acción decir en voz alta que es lo que nos provoca ira y porqué queremos romper con ello. Finalmente se realiza una guerra con los papeles del suelo, entre los compañeros, para desfogarse y se pregunta cómo se han sentido durante la actividad. Se debe dar importancia a qué es lo que provoca la ira con tal de intentar evitar esas situaciones y cuidarse a uno mismo.

La segunda sesión consiste en elaborar por parejas distintas situaciones que se encuentran en casa, con los padres, que a ellos les puedan generar malestar y representarlas ante los compañeros. Tras cada representación los compañeros comentan cómo resolverían la situación y la psicóloga/o también da herramientas para hacerlo.

Por otro lado, en cuanto a la sesión de trabajo de la resiliencia, esta consiste en continuar con el trabajo de los vínculos, en este caso con los compañeros a través de un juego. Dicho juego se llama “Eres, Eres...” y consiste en ponerse un pañuelo, que quien dirija la actividad los ponga en parejas, y que sin hablar intenten adivinar quién son cada uno. Mediante la actividad se fomentan los lazos afectivos y la confianza entre ellos.

Finalmente, en cuanto a la última actividad, sería como cada dos meses, una reunión con los padres. Durante esta reunión se explica a los padres qué se fue trabajando durante estos dos meses y los padres explican también cómo se sienten. La psicóloga/o debe dejar que hablen e intervenir cuando sea necesario, es decir, una actitud poco directiva.

Tabla 6.

*El pacto/negociación*

<b>Pacto/Negociación</b>	
Material empleado	Actividades
<b>SESIÓN 1</b>	<p>Cinco historias con sus dibujos correspondientes. (Véase en Anexo 3.2)</p> <p>¿Cómo ha ido la semana? + Trabajar el sentimiento de culpa</p>
<b>SESIÓN 2</b>	<p>Material para escribir y cartulina</p> <p>¿Cómo ha ido la semana? + Juego de la cárcel de la culpa</p>
<b>SESIÓN 3</b>	<p>Dibujos de flores individuales. (Véase en Anexo 3.3)</p> <p>¿Cómo ha ido la semana? + Reparto de flores</p>
<b>SESIÓN 4</b>	<p>Disfraces, pelucas,...</p> <p>¿Cómo ha ido la semana?</p> <p>Resiliencia: creatividad y humor: Trabajo sentido del humor. Actividad del trabajo de lo absurdo y la vergüenza para fomentar el desarrollo del sentido del humor. (role-playing) Juego de mímica.</p>

En la primera sesión del mes en que se desarrolla en Pacto/negociación (ver tabla 6) se inicia con una actividad para trabajar el sentimiento de culpa.

Dicha actividad consiste en presentar a los niños cinco historias en las que el protagonista comete una trasgresión y en pedirles que contesten cómo creen que se siente el protagonista y por qué. Las historias se deben acompañar de dibujos explicativos sobre ellas, puesto que esto ayuda a que los niños comprendan tanto los conceptos tanto como los motivos (Nelson, 1980). Seguidamente se hará una reflexión sobre la sesión.

Por otro lado, en cuanto a la segunda sesión, se llevará a cabo el juego de La cárcel de la culpa. Después de haber trabajado durante la sesión anterior lo que es la culpa y cómo se puede presentar trabajaran la suya propia. Se les dará, a cada uno, una cartulina y un bolígrafo. En un lado deben escribir “Me siento culpable por...” y escribirán situaciones y por qué se sienten culpables. Por otro lado, en la parte trasera de la cartulina, escribirán “Me perdono por...” y escribirán aquellas situaciones que escribieron en el otro lado y poniendo por qué se perdonan. Al final se preguntará cómo se sintieron tras realizar la actividad.

En cuanto a la tercera sesión, saliendo del trabajo de la culpa, se llevará a cabo una actividad para fomentar la autoestima. Dicha actividad se llamará *Reparto de flores* y consistirá en que los niños se sienten en círculo en el suelo y el psicólogo le entrega una flor de papel a cada uno. A lo largo de la sesión cada niño debe decir algo positivo de los compañeros mientras le entrega una flor. Se debe dar importancia a lo que siente cada niño cuando la otorga y cuando la recibe.

La última sesión de este mes se trabaja el humor y la creatividad. Esto se hace mediante un juego de mímica que consiste en, usando pelucas y elementos de disfraces varios, deben representar una historia y una emoción mediante mímica. El resto deben adivinar cuál es la emoción que representa y, si nadie lo acierta, debe ponerse otro elemento ridículo el que representaba. Si alguien lo acierta se puede quitar el elemento que quiera, de los que le disfrazan.

Tabla 7.

*El pacto/negociación II*

<b>El pacto/negociación II</b>	
Material empleado	Actividades
<b>SESIÓN 1</b>	<i>El corazón y la botella</i> de Jeffers & Araiza, (2010). ¿Cómo ha ido la semana? + Lectura del libro
<b>SESIÓN 2</b>	Botellas de plástico, papel y utensilios para escribir. ¿Cómo ha ido la semana?+ actividad “El corazón y la botella”.
<b>SESIÓN 3</b>	Fragmentos de conflictos en cuentos infantiles ¿Cómo ha ido la semana?: creatividad y el humor en “Cambiar los cuentos”.
<b>SESIÓN 4</b>	- Reunión padres: Trabajo Pacto/negociación y <i>feedback</i> padres e hijos.

En la primera sesión del mes (ver tabla 7) se procederá a la lectura del libro *El corazón y la botella* de Jeffers & Araiza, (2010) recomendado para niños de seis a doce años. El libro no habla de la muerte directamente pero, no obstante, puede ayudar a que los niños que se encuentran bloqueados o a los que les cueste expresar sus sentimientos se abran empatizando con el protagonista. Ya que el mismo guarda un corazón en una botella para evitar sufrir y al hacerlo pierde muchas cosas.

Durante esta sesión se reflexionará sobre las cosas que pierde por evitar sufrir y cómo creen que se siente el protagonista por ello.

Por otro lado, en cuanto a la segunda sesión del mes, aprovechando la lectura del libro de Jeffers & Araiza, (2010), se trabajarán los elementos que aparecen. Es decir, cada niño una hoja y escribirá sobre las cosas que pierde por evitar sufrir (se dará una plantilla con ejemplos: ir con amigos, ver depende qué tipo de películas, escuchar depende qué tipo de canciones...) y seguidamente se irán metiendo en la botella. Los trozos de papel serán tan grandes como cuantiosa sea la pérdida, es decir, si para uno evita jugar a fútbol, pero es algo que le apasiona quizás deberá usar una hoja entera. Al terminar deberán mirar la botella y ver la gran cantidad de cosas que pierden y por tanto, la gran cantidad de cosas que podrían ganar si no las metiesen en una botella. Finalmente se reflexionará sobre cómo se sintieron realizando esta actividad.

En cuanto a la tercera sesión, la relacionada con la resiliencia, se trabajaría a través de una actividad llamada “cambio de cuentos”. Dicha actividad consistiría en trabajar resoluciones resilientes para cuentos o historias ya conocidos. Por ejemplo, el conflicto de los tres cerditos cuando el lobo destruye su casita, ¿Cómo lo resolverían diferente? ¿Cómo cambiaría el final”? Mediante esta actividad deberían emplear la creatividad para general resoluciones distintas a las ya existentes. Al final de la actividad se les preguntaría cómo se sintieron realizando la actividad.

Finalmente, durante la última sesión mensual se realizará la reunión con los padres que se lleva a cabo cada dos meses. En esta ocasión se les explicará todo lo hecho referido a la fase del pacto/negociación y se les invitará a explicar cómo se sienten con respecto a la fase y con respecto a sus hijos.

Tabla 8.

*La depresión*

<b>La depresión</b>		
	Material empleado	Actividades
<b>SESIÓN 1</b>	Película de <i>En busca del valle encantado</i> de Bluth, (1988).	¿Cómo ha ido la semana?+ Visualización del de la película.
<b>SESIÓN 2</b>	Película de <i>En busca del valle encantado</i> de Bluth, (1988).	¿Cómo ha ido la semana? + Finalizar visualización película y respuesta a algunas preguntas que se plantean.
<b>SESION 3</b>	Periódicos	¿Cómo ha ido la semana? + Expresión de la tristeza
<b>SESIÓN 4</b>	Cartulinas y colores (por parejas 1 cartulina, dos colores)	¿Cómo ha ido la semana? Resiliencia 8: “El remolino bio-psico-social” (trabajamos la red social)

Durante la primera sesión (ver Tabla 8.) se llevará a cabo la visualización del filme *En busca del valle encantado* de Bluth, (1988) para trabajar la importancia del grupo y, por ende, la de los amigos para ayudar a afrontar situaciones problemáticas.

Por otro lado, durante la segunda sesión, se continuará viendo la película y, al finalizarla, se realizarán una serie de preguntas: ¿Qué le pasa a la mamá de Piececitos? ¿Cómo son los amigos de Piececitos? ¿Por qué son importantes los amigos? ¿Cómo crees que se siente Piececitos? ¿Qué tienen en común los amigos de Piececitos?

Tras contestar la batería de preguntas se preguntará qué función creen que tienen y han tenido sus amigos durante su proceso tras la pérdida y si ven similitudes con la situación de Piececitos.

En cuanto a la tercera sesión se vuelve a realizar la tarea de la expresión de la ira. Esta, en esta sesión, se realizará del mismo modo, es decir, rompiendo a trozos el periódico. Pero, no obstante, no deberán decir aquello que les produce ira sino tristeza. Al acabar de decir todo aquello que les genera esa emoción, se llevará a cabo una guerra con las bolas de papel que puedan hacer con los retales de periódico. Finalmente se les preguntará cómo se sienten tras realizar la actividad.

Finalmente, en cuanto a la actividad relacionada con la resiliencia, se hará la actividad del *Remolino bio-psico-social* para trabajar la red social mediante la misma.

Esta consistirá en la preparación de una cartulina dónde se dibujará una espiral de cinco círculos (el individuo, la familia, el centro psicológico, la comunidad y el país. Se dividirán en dos grupos, cada grupo tendrá una cartulina con la espiral y dos lápices de color. Las palabras que serán escritas en el espiral corresponden a características de la comunidad y del programa en que los participantes trabajan. Estas pueden ser elaboradas de antemano por el facilitador, o a través de una lluvia de ideas con el grupo antes de dar las instrucciones. Instrucciones: “Por su comunidad ha pasado un remolino o tornado gigante que ha revuelto todos los integrantes conceptuales de las diferentes disciplinas. Ustedes son un equipo de expertos muy conocidos por el excelente trabajo que hacen en el servicio de salud de la comunidad afectada. Ahora se solicita su ayuda para reorganizar el caos posterior a tal

tormenta. “Adolescentes, niños, agentes de salud, potencial genético, educación, familia, participación juvenil, oportunidades, vacunas, habilidades sociales...”

Orientaciones para la programación de acciones de promoción de la resiliencia debe ser reordenada en la espiral: temperamento, sentido de vida, estigma social, hepatitis, drogas, casas, fútbol, violencia, amor, televisión, política, música, etc. Todo se encuentra mezclado en forma de espiral humano. El único requisito que se debe cumplir para devolver todo al orden, es ubicar al individuo en el centro.

El grupo comienza a buscar y a recordar los diferentes elementos que están presentes en la comunidad y a ubicarlos en alguno de los círculos escritos en la espiral. Es una forma de describir las diferentes características que han sido desordenadas. Para esto se utiliza una forma dinámica, ya que todos los elementos se encuentran en contacto y cambian de posición dependiendo de la circunstancia. (10 minutos).

Al reordenar las características, el grupo se da cuenta de que hay muchos elementos dentro de la espiral, que siempre han estado ahí, pero que nunca habían considerado dentro de su programa. Causas positivas y negativas que afectan la salud de niños y adolescentes. Para hacer la distinción, deciden marcar con diferentes colores aquellas características que están siendo incorporadas dentro del programa y con otro color aquellas que forman parte de su espiral, pero que el programa no ha incorporado dentro del diseño de intervención.

Durante toda la actividad la psicóloga irá haciendo soporte si no entienden algún concepto o se pierden a lo largo de la explicación (Munis, 1998).

Tabla 9.

*La depresión II*

<b>La depresión II</b>		
	Material empleado	Actividades
<b>SESIÓN 1</b>	Juego “Dixit”  (véase en Anexo 3.4)	¿Cómo ha ido la semana? + Jugamos a Dixit
<b>SESIÓN 2</b>	Leemos el libro de <i>Jack y la muerte</i> de Bowley & Pudalov, (2012).	¿Cómo ha ido la semana? + Lectura y reflexión del libro.
<b>SESION 3</b>	-	¿Cómo ha ido la semana?  Resiliencia: red social ( <i>role- playing</i> )
<b>SESIÓN 4</b>	-	Reunión padres: Trabajo fase depresión y <i>feedback</i> padres e hijos.

En primer lugar, en la primera sesión del mes (ver tabla 9) se llevará a cabo una actividad de reconocimiento emocional a través del juego *Dixit*. Dicho juego contiene una serie de dibujos que representan situaciones fantásticas y se invita a través de ellas a que los niños trabajen el reconocimiento de emociones y la empatía. Primeramente, se repartirán cuatro cartas a cada niño, que no deberán mostrar. Uno de ellos deberá decir una emoción que le represente dicha imagen y, el resto de compañeros, tendrán que escoger de su fajo de cartas la que crean que representa con más exactitud dicha emoción. Las cartas se le darán a la psicóloga boca abajo.

Las cartas se colocarán boca arriba, lo hará la psicóloga, y deberán votar cual creen que es la carta del que propuso la emoción. El que acierta se lleva todas las cartas y, por lo tanto, el juego termina cuando ya no hay más que repartir.

Tras terminar el juego se pregunta si sienten que saben detectar las emociones, si tuvieron dificultades para ello y si a veces sienten que no se les comprenden cuando ellos las expresan.

Por otro lado, la actividad programada de la segunda sesión será la de la lectura del libro *Jack y la muerte* de Bowley & Pudalov, (2012). Dicho libro trata sobre la previsión de la muerte de la madre del protagonista, como el mismo sale de casa y consigue atrapar la muerte con engaños. El libro narra qué ocurre cuando no existe la muerte y las consecuencias de que ningún ser vivo pueda morir.

A través de la lectura de este libro se realizará una reflexión sobre la necesidad de la muerte y la realidad de la misma, y que, como han podido ir comprobando a medida que han ido sucediéndose las sesiones, más común de lo que se pudieran imaginar.

Se les invitará a pensar qué sucedería si solo ellos fueran inmortales y fuesen viviendo a lo largo de su existencia la pérdida de todos sus seres queridos.

Siguiendo con la tercera sesión, y la relacionada con la resiliencia, se propone trabajar la red social mediante un *role-playing*. En esta ocasión se trabajarán situaciones que pueden generar conflicto en casa (no recoger, no hacer caso...) con los padres y se representarán tal y como suceden. Los niños deberán ejercer el “rol de psicólogo” indicando a los que representen dicha situación cómo deberían resolverla. El psicólogo podrá intervenir siempre que lo considere.

Al final de la sesión se hará hincapié en la importancia de tener un ambiente favorable en casa y cómo pueden ayudar a que este se dé dotándolos de herramientas para ello.

Finalmente, la última sesión mensual será la indicada para realizar la reunión de padres e hijos. En esta sesión se explicará a los padres qué se realizó con respecto a la fase de la depresión a lo largo de las sesiones y se pondrá en común cómo se sienten, tanto los hijos como los padres, con respecto a los procesos de duelo de cada uno de ellos.

Tabla 10.

*La aceptación*

<b>La aceptación</b>	
Material empleado	Actividades
<b>SESIÓN 1</b>	Película de <i>El Rey león</i> de Minkoff & Allers (1994). ¿Cómo ha ido la semana? + visualización del filme.
<b>SESIÓN 2</b>	Película de <i>El Rey león</i> de Minkoff & Allers (1994). ¿Cómo ha ido la semana? + Visualización del film y reflexión de las enseñanzas de los que fallecen.
<b>SESION 3</b>	Hojas de papel y utensilios para escribir y pintar. ¿Cómo ha ido la semana?
<b>SESIÓN 4</b>	Hoja con preguntas (indicadas adelante) y utensilios para escribir. ¿Cómo ha ido la semana? Resiliencia: autoestima → El juego de la autoestima

Durante las dos primeras sesiones (ver tabla 10) se llevará a cabo la visualización de la película de Mikoff & Allers (1994), *el rey león*. Al terminar la película, en la segunda sesión, se les preguntará a los niños qué creen que queda de la persona tras su fallecimiento y se les comparará a las enseñanzas tras la muerte de Mufasa: nadie fallece si consigue seguir viviendo a través de los gestos, los valores, las enseñanzas, las ideas...que deja en otra persona. Como indica el mono Rafiki “te equivocas, él vive en ti”.

A raíz de la visualización de la película durante las anteriores sesiones, en la tercera harán uso de la enseñanza de Rafiki “te equivocas, él vive en ti” con una actividad. Dicha actividad consistirá en dibujar un árbol. Deberán escribir en la copa del árbol sus hazañas, en el tronco su personalidad y, finalmente, en las raíces aquello que le ha enseñado la persona que falleció o que aprendió a través de su fallecimiento. Después de elaborar el dibujo y escribir lo demandando, se expondrá ante los compañeros y se preguntará qué sintieron realizando la actividad.

Finalmente, durante la última sesión se realizará una actividad llamada “El juego de la autoestima”. Dicha actividad consistirá, en primer lugar, en decirles que se imaginen que en los últimos días se pelearon con una amiga, un profesor criticó una tarea, uno de los progenitores alzó la voz y/o un amigo/a reveló un secreto que le contaste. Por otro lado, cuando se dejen unos minutos para hacerse a la idea, se les plantea que se imaginen lo siguiente: Lograste hacer muy bien un ejercicio, un amigo/a te pidió salir a jugar, tu profesor te felicitó por una tarea bien hecha y tus compañeros te eligieron como representante.

Tras el ejercicio imaginativo se les dará a cada uno una hoja de papel con las siguientes preguntas: ¿Cuál fue el suceso que más afectó tu autoestima? ¿Por qué? ¿Cuál fue el suceso que menos afectó tu autoestima? ¿Cuál fue el suceso más importante que recuperó tu autoestima? ¿Qué podemos hacer para defender nuestra autoestima cuando nos sentimos

maltratados? ¿Qué podemos hacer para ayudar a nuestros amigos y amigas a mejorar su autoestima? ¿Crees que es importante la autoestima en el proceso de duelo?

Se les indicará que para la próxima sesión traigan fotografías con el hermano y/o del hermano.

Tabla 11.

*La aceptación II*

<b>La aceptación II</b>		
	Material empleado	Actividades
<b>SESIÓN 1</b>	Fotografías con el hermano	¿Cómo ha ido la semana? + trabajo de los recuerdos.
<b>SESIÓN 2</b>	Juego de mesa “Catán”. (Véase en Anexo 3.4)	¿Cómo ha ido la semana? Resiliencia: Red social
<b>SESION 3</b>	Dibujo de la mariposa	¿Cómo ha ido la semana? + trabajo con el dibujo metamorfosis de la realizado durante el primer mes.
<b>SESIÓN 4</b>	-	Reunión padres: <i>feedback</i> padres e hijos.

En cuanto a la primera sesión del último mes del proyecto se propone que, a partir de las fotografías con los hermanos, comenten como hicieron hace unos meses las situaciones que suceden o que creen que podían suceder (si no lo recuerdan o no estaban presentes) y comenten cómo se sienten. Se les pregunta si recuerdan cómo se sentían hace uno meses con respecto a las fotografías y si perciben diferencias. En caso afirmativo cuáles son y qué emociones representan.

Por otro lado, la segunda sesión consistirá en jugar al *Catán*. Dicho juego consiste en conquistar las distintas islas consiguiendo materiales para la construcción de barcos. Es un juego de estrategia que requiere de la cooperación para conseguir el objetivo y mediante el mismo se trabajará justamente eso, la necesidad de cooperar para superar las dificultades.

Se pondrán por parejas y la pareja que consiga colocar todos sus barcos en el tablero dará por finalizado el juego.

En cuanto a la penúltima sesión, tercera de este mes, se rescatará el dibujo de la metamorfosis y la explicación de las fases del duelo. A partir de esa imagen se comentará en qué fase creen que se encuentran y cómo vivieron el paso por las distintas fases.

También se les pregunta si les ayudó conocer las fases e ir las trabajando a medida que iban sucediendo junto a otros compañeros que habían sufrido la misma pérdida que ellos.

Finalmente, la última sesión es una reunión dónde se realiza un *feedback* de cómo se vivió el programa, tanto por parte de los niños, como de los padres y del propio psicólogo.

En cuanto a los doce meses de proyecto, dejo un mes de margen, es decir, cuatro sesiones para los festivos que pueda haber o sesiones que se deban anular.

## 5. Discusión

El programa de intervención intenta responder a la necesidad del trabajo durante el duelo ante pérdida de un hermano en las edades comprendidas entre los nueve y doce años en un marco grupal.

Además, como se propone para un centro específico, el *Centre Psicològic l'Arbre*, se adaptará la duración a la distribución de sesiones habitual del centro: una hora semanal. Este programa interventivo tendrá una duración anual, puesto que hay estudios que defienden que al pasar los 12 meses el duelo deviene patológico (Dávalos et al., 2008), dejando un mes libre en previsión de posibles festividades o anulaciones y se dividirá de la siguiente manera: durante el primer mes se introducen los conceptos de muerte y duelo y se busca que el grupo los integre como propios en la medida de lo posible. Más adelante, a partir del segundo mes, ya se inicia la estructura principal. A partir de la división de las fases de duelo de Kübler-Ross (1969) se programan los meses, es decir, cada dos meses se llevará a cabo un enfoque centrado en una de las fases, combinado con una sesión sobre la resiliencia. También se realizarán reuniones con los padres cada dos meses.

Durante Los primeros dos meses las sesiones estarán dirigidas al trabajo de la fase de la negación, con actividades como por ejemplo la visualización de alguna película dónde aparezcan elementos relacionados con esta etapa, libros, recortes, etc. Los siguientes dos meses se trabajará la fase de la ira. Durante estas sesiones se propone el conocimiento de las emociones y los vínculos afectivos mediante fragmentos de películas, expresión de la ira, estrategias de afrontamiento, etc. Una vez superada la ira, las actividades se centrarán en la fase del pacto/negociación. Se profundizará en el conocimiento del sentimiento de culpa a través de historias cortas, actividades para trabajar la autoestima, el humor, la creatividad, etc. En los dos meses siguientes se centrarán en actividades inspiradas en la fase de la depresión. Los juegos que trabajan las emociones serán una prioridad, pero también se

utilizarán libros, *role-playings*, visualización de películas relacionadas la temática, etc., todo lo que facilite una mejor comprensión de los procesos emocionales por parte de los pacientes. Los dos últimos meses irán dirigidos al trabajo de la fase de aceptación, mediante la visualización de películas , juegos, fotografías del familiar, etc.

En cuanto a la aplicabilidad del programa se podría considerar que no es inviable. Todo y no haberlo llevado a la práctica, este proyecto tiene cabida en el marco en el que se le pretende dar. El centro escogido ya lleva a cabo terapias grupales para niños que han padecido pérdidas, problemas conductuales, y otro tipo de situaciones que les han supuesto malestar. No obstante, dicho centro no separa a los niños que han padecido la pérdida de su hermano ya que no suponen una mayoría. La dificultad más clara es la impuesta duración de la sesiones ya que puede variar en función de la fase a trabajar y quizás alguna actividad podría excederse en el tiempo establecido, o requerir de alguna sesión más para acabar de profundizar. También podría darse que la propuesta de reuniones con los padres no fuese fructífera, no quisieran colaborar , no fueran conscientes de la situación emocional de los pacientes y, en consecuencia, no quedasen resueltos aspectos importantes en el proceso de resiliencia. En cuanto a las aportaciones relacionadas con la literatura revisada cabe señalar que, mediante el programa de intervención, se ha respondido a lo que postulan Jacobs et al.,(1991) . La terapia grupal entre iguales es uno de los programas de intervención recomendados para niños que hayan padecido una pérdida.

Además, continuando con la importancia del formato grupal, ya Zambelli y DeRosa, (1992) apuntaban que las ventajas de aliviar la sensación de aislamiento, normalizando la experiencia, y desarrollando y llevando a la práctica las habilidades aprendidas, solo pueden ocurrir en el seno de un grupo añadiendo la resiliencia a este trabajo grupal, ya que, como apuntaba Goleman, (2013) las personas resilientes son las que más rápidamente se recuperan.

En cuanto a las aportaciones extraídas de las entrevistas serían, entre otras, la de justificar la necesidad de la propuesta de intervención en un marco grupal, tanto por parte de las dos profesionales, la Sra. Montse y la Sra. Silvia. Y también una justificación llevada a cabo por las dos familiares a las que se les realizó la entrevista, madre e hija. En cuanto a las entrevistas, cabe decir que han servido para justificar la necesidad del carácter grupal de la propuesta de intervención. Los dos testimonios profesionales (Sra. Montse y Sra. Silvia) han coincidido en los beneficios de este enfoque, al que, con un rigor diferente también se han sumado a apoyar las otras dos entrevistas a personajes afectados por el duelo estudiado en el trabajo. Precisamente esta situación en común, el propio duelo, da sentido a que se trabaje como terapia entre iguales, tratándose de una pérdida característica. Las entrevistas también han justificado la aplicación de la psicoeducación en resiliencia. Los familiares, después de ser informados, han coincidido en que es un aprendizaje siempre ventajoso, no solo para el proceso de duelo a tratar durante la terapia, sino como mecanismo de defensa emocional futuro. La trabajadora social insistió en que, además, sería conveniente acompañar a aquellas personas menos resilientes a lo largo del proceso. En resumidas cuentas, la interacción social entre personas (ya sea a modo de terapia grupal o acompañamiento durante procesos de duelo) puede facilitar el paso por el proceso de duelo ante una pérdida y en todas las entrevistas se ha defendido esta postura. De ahí que se proponga que los padres participen de forma activa en varias de las sesiones concebidas a lo largo de la intervención programada. En relación a la resiliencia o capacidad de superación emocional, es considerada como trascendental y, en cuanto a la consecución de los objetivos propuestos, sin haberlo aplicado, cabe decir que se cumple en la propuesta con 12 sesiones a lo largo del año en que la psicoterapia tiene lugar. El diseño de cada una de las sesiones mencionadas ha sido elaborado basando su fundamentación en los objetivos específicos de las etapas del duelo propuestas por Kübler-Ross (1969).

A modo de ejemplificación, El primer mes se diseñó de tal manera que pudiese favorecer a la integración en el grupo y aprendizaje de los conceptos relacionados con el duelo. Y seguidamente, cada dos meses, se optó por favorecer elementos característicos de cada una de las fases. A lo largo de las sesiones se puede comprobar que se cumplen los objetivos indicados previamente al diseño, o eso indican tanto la fundamentación teórica, como las entrevistas realizadas a profesionales que se enfrentan diariamente a casos prácticos de similar índole. Así pues se ha procurado realizar un programa cuyas actividades trabajen los elementos implicados en cada etapa, adaptando metodologías ya existentes a las edades de 9 a 12 años, e intentando que faciliten el aprendizaje.

En cuanto a las limitaciones, la más clara que uno podría encontrarse en este proyecto es no encontrar grupos de sujetos suficientemente numerosos en una misma zona. Al haberse acotado a niños de entre 9 y 12 años que hayan sufrido la pérdida de un hermano, cabe la posibilidad que, de aplicarse en pequeñas poblaciones los grupos no se llenaran y las sesiones no fueran suficientemente enriquecedoras teniendo en cuenta la importancia del carácter grupal de la terapia. Eso podría limitar esta intervención a ciudades con un determinado número de habitantes y facilidades de transporte. La temporalidad podría considerarse también una limitación en función del punto de vista, quizás sería un programa muy largo para realizar una prueba y observar resultados a corto plazo. No obstante es necesario que sea así siguiendo la literatura científica.

Poniendo especial énfasis en la naturaleza del proceso de cada duelo, el tipo de muerte del familiar en cada caso, ya sea una muerte por enfermedad o una muerte inesperada, podría afectar también a la consecución de alguno de los objetivos o dificultar la integración en el grupo terapéutico. El trabajo grupal tiene ventajas sociales pero también desventajas al igualar muertes y acontecimientos que pueden tener un valor traumático diverso en función lo sucedido. Las limitaciones que podrían aparecer podrían ser las culturales, las del contexto

social y las del sexo. No obstante, serían más difíciles de acotar puesto que dependería mucho de dónde se impartiera dicha terapia y las cuotas que se impusieran para realizar la misma. En cuanto a las diferencias culturales habría que intentar adaptar, en caso de ser minoría, alguna actividad para facilitar comprensión o intentar, al agrupar, tenerlas en cuenta, si fuese posible. En cuanto a lo que a prospectiva se refiere, sería interesante realizar diseños de intervención similares, pero dirigidos a otras franjas de edad. Por ejemplo, la adolescencia. Este sería un periodo en el que se darían, como mínimo, dos pérdidas a la vez, la del propio crecimiento y, en este caso, la pérdida de un hermano, y se podría realizar un trabajo de gran interés potencial. Otra idea de futuro proyecto sería la de realizar una terapia conjunta, padres e hijos, donde no fuese eventual este encuentro. Finalmente, también podría optarse por una línea preventiva. Es decir, realizar un proyecto de intervención dirigido a niños cuyo hermano estuviese en fase terminal y se enseñara a trabajar el duelo antes de que realmente llegue su proceso. Esto son sólo posibles líneas abiertas, campos por estudiar dentro de la terapia grupal enfocada al proceso de duelo. Pero se trata de un número de remoto de posibilidades teniendo en cuenta la magnitud del proceso emocional que ha sido objeto de estudio. El duelo es totalmente universal, tanto como lo es la muerte, por lo tanto es un proceso por el que todo ser humano debe pasar en su vida uno o varias veces y hay que tenerlo en cuenta con esa mentalidad. Este proyecto es solo la superficie de lo que podría llegar a ser una psicoterapia centrada en la comprensión la superación de la muerte.

## 6. Referencias bibliográficas

- Barreto, P., y Soler, M. (2007). *Muerte y duelo*. Madrid: Síntesis.
- Berlinsky, E. B., & Biller, H. B. (1982). *Parental death and psychological development*.  
Lexington, MA; Lexington books.
- Bowlby, J. (1993). *La pérdida. El apego y la pérdida*. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica.
- Bowley, T., & Pudalov, N. (2012). *Jack y la muerte* (1st ed.). Reino Unido: Oqo.
- Bluth, D. (1988). *En busca del valle encantado*. Estados Unidos: Universal Pictures.
- Burton, T. (2012). *Frankenweenie*. Estados Unidos: Walt Disney Pictures.
- Cabodevilla, I. (2007). Las pérdidas y sus duelos. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*.  
Vol. 30, Suplemento 3 , 163-176.
- Cano, R., & Martínez, D. (2016). *Alike*. España: La fiesta.
- Cyrułnik, B. (2009): *La resiliencia o la capacidad humana de superar pérdidas, crisis, adversidades o traumas*. Institut Français. Madrid, 18 de Marzo de 2009.
- Dávalos, E., García, S., Torres, A., Castillo, L., Sauri, S. and Martínez, B. (2008). El proceso del duelo. Un mecanismo humano para el manejo de las pérdidas emocionales. *Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas*, 13(1), p.1.
- Docter, P., & del Carmen, R. (2015). *Inside out*. Estados Unidos: Pixar Animation Studios.
- Echeburúa, E. y Herrán, A. (2007). ¿Cuándo el duelo es patológico y cómo hay que tratarlo? *Análisis y Modificación de Conducta*, 33(147), 31-50.

Esquerda, M., y Agustí, A. M. (2012). *El niño ante la muerte: Cómo acompañar a chicos y adolescentes que han perdido a un ser querido*. Lleida: Milenio.

Gamo, E., y Pazos, P. (2009). El duelo y las etapas de la vida. *Revista Asociación Española Neuropsicología*, V. XXIX, n.104, 455-469.

Goleman, D., González Raga, D. y Mora Remón, F. (2014). *Focus*. 1st ed. Barcelona: Kairós.

Guillamon, S. *Qui som?L'arbre*. (2017). [online] Silviaguillamon.cat. Disponible en: <http://silviaguillamon.cat/qui-som/> [Acceso 7 Feb. 2017].

*Hablemos de duelo: Manual práctico para abordar la muerte con niños y adolescentes*. (2016).

from <http://www.fundacionmlc.org/uploads/media/default/0001/01/guia-duelo-infantil-fmlc.pdf>

Jacobs, E. E., Harvill, R. L., & Masson, R. L. (1994). *Group counseling: Strategies and skills*. Pacific Grove, CA. BrooWCole.

Jeffers, O., & Araiza, U. (2010). *El corazón y la botella* (1st ed.). México: Fondo de Cultura Económica.

Kübler- Ross, E. (1969). *On death and Dying*. New York: Macmillan.

Neimeyer, R. (2001). *Aprender de la pérdida. Una guía para afrontar el duelo*. Barcelona: Paidós.

Nelson, S. A. (1980). Factors Influencing Young Children's Use of Motives and Outcomes ad Moral criteria. *Child development*. 51: 823-829.

Núñez Pereira, C., Valcárcel, R., & Mayendia, L. (2014). *Emocionario* (1ra ed.). Madrid: Palabras Aladas.

Mateu, R., Gil, J.M. & García-Renedo, M (2009). *¿Hacia una escuela resiliente? Un estudio a través del profesorado de Educación Infantil y Primaria*. Trabajo final de máster no publicado. Universitat Jaume I.

Minkoff, R., & Allers, R. (1994). *El rey león*. Estados Unidos: Walt Disney Pictures.

Munis, M. (1998). *Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes* (1st ed., pp. 61-84). Washington, D.C: Organización Panamericana de la Salud.

Pacheco, G. (2003). Perspectiva antropológica y psicosocial de la muerte y el duelo. *Cultura de los Cuidados*, 14, 27-43.

Pennells, M., & Smith, S. C. (1995). *The forgotten mourners: Guidelines for working with bereaved children*. Bristol, PA Kingsley.

Serra i Llanas, X. (2014). *I jo, també em moriré?*. 1st ed. Barcelona: Columna.

Susan Norris Huss & Martin Ritchie (1999) Effectiveness of a group for parentally bereaved children, *The Journal for Specialists in Group Work*, 24:2, 186-196, DOI: 10.1080/01933929908411429

Thomas, L.V. (1991). *La muerte: una lectura cultural*. Barcelona: Paidós

Tizón García, J. (2004). *Pérdida, pena, duelo*. Barcelona: Paidós.

Tonkins, S.M., & Lambert, M.J. (1996). A treatment outcome study of bereavement groups for children. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 13, 3-21.

Webb, N. B. (1993). *Helping bereaved children: A handbook for practitioners*. New York: Guildford.

Yalom, I. D. (1985). *Theory and practice of group psychotherapy* (3rd ed.). New York: Praeger.

Zambelli, G. C., & DeRosa, A. P. (1992). Bereavement support groups for school-age children: Theory, intervention, and case example. *American Journal of Orthopsychiatry*, 62, 484-493.

Zimpfer, D. G. (1991). Groups for grief and survivorship after bereavement: A review. 62,484-493. *Journal for Specialists in Group Work*, 16,46-45.

## Anexos

### 1. Entrevistas

*Estoy realizando el trabajo de fin de grado de Psicología que versa sobre el proceso de duelo ante la pérdida de un hermano y me gustaría que respondieras, de la manera más sincera posible, a las siguientes preguntas. Ten presente que toda la información es completamente confidencial*

#### 1.1. Entrevista Montse Mas

- **¿Cuál es tu formación?** Soc Graduada en treball Social i Pèrit Social. Tinc Formació en PNL. Postgrau en lideratge d'equips per la Universitat Pompeu Fabra. Soc supervisora. Dirigeixo el Màster en Atenció en Emergències Psicosocials i Humanitàries . Coordinadora del Projecte d'Emergències Psicosocials del Col·legi de Treball Social de Catalunya . Técnica en intervenció psicosocial en emergències.
- **¿Crees que es importante el trabajo de la resiliencia?** Crec que el que es important es conèixer els diferents tipus de reaccions de les persones davant situacions de fort impacte emocional. Cal ser conscients que la resiliència es un procés, un camí, per adaptar-se a les adversitats. Hi ha moltes persones que són resilients, però es ben cert que també ni ha que no ho son , i els professionals poden ajudar i/o acompanyar en aquest procés a les persones que presenten dificultats per adaptar-se a situacions estressants o fets impactants.
  - o **¿y durante el proceso de duelo?.** Penso el mateix. Cal acompanyar a les persones en el seu camí i procés del dol, sempre que es deixin i acceptin l'acompanyament. Em d'anar al seu costat, . Acompanyar en el procés d'establir relacions altre cop amb el seu entorn que vagi acceptant el canvi , que es cuidin, que aprengui a gestionar les seves emocions, etc.

- **¿Has estado en contacto con niños que hayan perdido un hermano?** He estat al costat d'un menor, però es una experiència personal i jo també era víctima en un procés de dol
- **¿Crees que sería necesario facilitar un espacio terapéutico grupal dónde trabajar el proceso de duelo?** Penso que hi hauran menors que potser serà necessari un espai terapèutic, però penso que molts menors no els hi caldrà. El que si que crec que es necessari es un acompanyament que l'ajudi a comprendre el canvi que esta patint. Acompanyar als pares perquè sàpiguen relacionar-se, amb el seu dolor i el patiment, amb el seu fill. No soc partidària de processos terapèutics en temes de dol, nomes en aquells casos que sigui totalment necessari, i amb l'existència d'indicadors que ho recomanin
- **¿Crees que sería recomendable incluir a los padres en dicho proceso?** Fermament si. Si atenem al menor i no donem pautes als progenitors penso que ens equivocariem, es mes crec que qui ha de rebre el suport d'un professional si cal són els adults

## 1.2 Entrevista a Silvia Guillamón

- **¿Cuál es tu formación?**  
Psicóloga Sanitaria.  
Master Isep en terapia de parejas y clínica de la sexualidad.  
Master Isep psicología Clínica.
- **Eres la directora y también psicóloga dentro del centro “L'Arbre”, ¿podrías explicar brevemente el funcionamiento del centro y tus funciones dentro del mismo?**

- L'Arbre es un centro especializado en acompañamiento emocional a niños y familiares, el principal objetivo es el bienestar emocional de los usuarios, que acuden a el por diferentes dificultades.

Mis funciones son varias , la gestión y administración del centro. Coordinación con escuelas y otros profesionales, atención a los padres, así como la realización de las primeras visitas y la realización del acompañamiento grupal junto con otros psicólogos.

- **¿Qué tipo de usuarios tenéis?**

- La mayoría son niños de 6 a 16 años, aunque en ocasiones realizamos el acompañamiento a familiares de los mismos.

- **Por lo que he visto en la página web realizáis tanto terapias individuales como grupales, ¿cómo se distribuye hacer un tipo u otro de terapia? ¿cómo se distribuyen los grupos?**

- Inicialmente siempre se realiza terapia individual para situar al niño/adolescente en el trabajo que realizaremos, es una sesión a modo de screening que nos aporta información y un primer contacto. Dependiendo de la dificultad a abordar se decide si se sigue con la terapia individual durante un tiempo o como opción, o bien se propone la entrada en grupo.

- Los grupos se distribuyen por edades y por problemáticas a abordar, las líneas básicas son, conducta, perdidas y dificultad en las HHSS.

- **Los grupos ¿de cuántos miembros se componen?**

La media es de 5/6 miembros, pero dependiendo del trabajo a realizar se pueden incrementar o disminuir.

- **¿Qué se trabaja dentro de los grupos y cómo se trabaja?**

Principalmente a nivel general el desarrollo emocional, la gestión de las emociones , autoestima, los diferentes valores y la comunicación asertiva. En grupos concretos el proceso de pérdida .

- **Trabajáis todo tipo de duelos dentro del centro, ¿crees que cabría la posibilidad, en caso de haber suficientes niños, de hacer un grupo dónde únicamente se trabaje la pérdida de un hermano?**

- Se trabajan todos los tipos de duelo y el proceso que conllevan, separaciones, pérdidas migratorias, enfermedades, separación de familiares, muerte de un familiar,.. . Si cabria la posibilidad de hacer un grupo únicamente donde se trabaje la pérdida del hermano, pero actualmente no es posible.

- **¿Crees que sería beneficioso, además de acompañar durante el proceso, de hacer hincapié en el trabajo de la resiliencia?**

- Creo que siempre se debe hacer hincapié en el trabajo de la resiliencia porque es un fin del proceso y un indicador de la sana resolución del mismo.

- **¿Crees que se podría valorar la inclusión, en algunas sesiones, de los padres dentro del trabajo del duelo de sus hijos?**

- Es muy positivo y necesaria la inclusión de los padres, especialmente en el proceso de duelo. Ellos son modelos y debemos introducirlos para que el proceso sea óptimo.

1.3 Entrevista a Rosa

**¿Qué edad tenía tu hijo cuando sucedió?**

Mi hijo tenía 15 años cuando falleció.

- **¿En qué circunstancias sucedió?**

Falleció en el año 2000 en un accidente de autocar mientras iba de colonias.

- **¿Cómo viviste el cambio estructural? ¿cómo se vivió en la familia?**

Lo viví con mucho dolor, al principio, y dualidad de sentimientos: dolor por un lado y ganas de luchar por la hija que estaba en vida.

La familia lo vivió con dolor y haciendo soporte.

- **¿Se te habló del proceso de duelo?**

Sí, en las visitas al psicólogo. Y yo también busqué información.

- **¿Acudiste a algún tipo de terapia grupal?**

Sí, primero hacíamos terapia los padres que habíamos perdido a un hijo en el accidente de Soria puesto que fue colectivo (entre nosotros, aclara), y más adelante el ayuntamiento nos puso un grupo de ayuda para hacer soporte a esta causa.

- **¿Consideras que tienes superada la pérdida?**

Sí, porque he aprendido a vivir con ella.

- **¿Cuál es el papel que crees que juega la resiliencia\* dentro del proceso de duelo?**

Un papel muy importante, es súper necesario. Es necesario para que ante la pérdida la persona vaya dando pasos, llenando su vida con otras cosas e ir aceptando la propia pérdida.

- **¿Crees que podría haber sido beneficioso que tu hijo/a fuese a un grupo terapéutico, junto a otros niños que hubieran sufrido la pérdida de un hermano/a, para trabajar el proceso de duelo y la resiliencia?**

Creo que sí, de hecho mi hija, junto a los otros hermanos del accidente colectivo, hablaba de su pérdida y eso le ayudaba. Tampoco creo que sea imprescindible.

- **¿Crees que hubiera sido beneficioso incluirlos, a los padres, dentro de algunas sesiones de grupo?**

Sí, porque los padres en la terapia de grupo escuchen o vean cosas que en casa el niño no es capaz de expresar. Depende en qué casos puede ser necesario, el profesional será el que decida si lo ve necesario o no.

- **¿Qué te hubiese gustado o consideras que se debería haber trabajado en ese grupo? (si se te ocurre)**

Hablar de la muerte per sé, intentar trabajar el miedo a su propia muerte o a la de sus padres, trabajar el proceso de duelo,...

Según la RAE:

### **resiliencia**

Del ingl. *resilience*, y este der. del lat. *resiliens*, *-entis*, part. pres. act. de *resilīre* 'saltar hacia atrás, rebotar', 'replegarse'.

1. f. Capacidad de adaptación frente a un estado o situación adversos.

#### 1.4 Entrevista a Laia

- **¿Qué edad tenías cuando sucedió?**

Cuando sucedió tenía 9 años.

- **¿En qué circunstancias sucedió?**

En el año 2000, fue un accidente de autocar dónde fallecieron más niños (además de mi hermano.

- **¿Cómo te fue dada la noticia?**

La noticia se me comunicó con total naturalidad, no sent

- **¿Cómo viviste el cambio estructural? ¿cómo se vivió en la familia?**

Fue confuso. Noté mucho cambio sobre todo porque el primer año y medio/dos años tras la pérdida pasábamos la mayor parte del tiempo libre con otros padres y hermanos. Por lo que nada volvió a ser igual en muchos aspectos

- **¿Se te habló del proceso de duelo**

No que yo recuerde.

○ **¿Recuerdas las fases por las que pasaste?**

- **¿Consideras que tienes superada la pérdida?**

Sí, así lo considero. Puedo hablar de ello sin que entorpezca mi día a día.

- **¿Cuál es el papel que crees que juega la resiliencia\* dentro del proceso?**

Es un factor que puede favorecer durante el proceso de pérdida, según tengo entendido.

- **¿Crees que podría haber sido beneficioso ir a un grupo terapéutico**

- **, junto a otros niños que hubieran sufrido la pérdida de un hermano/a, para trabajar el proceso de duelo y la resiliencia?**

Opino que podría ser beneficioso, en caso de ser necesario, no solo por la experiencia del resto de niños parecida a la de uno, si no por el acompañamiento durante el proceso.

- **¿Crees que hubiera sido beneficioso incluir a tus padres en dicho proceso?**

Creo que sí, me hubiese ayudado a entender lo que me ocurría y lo que les ocurría a ellos. Y a ellos también a entenderme un poco más.

- **¿Qué te hubiese gustado trabajar en ese grupo? (si se te ocurre)**

La fase de rabia, conocer un poco más cómo se relacionaban con sus padres, cómo les explicaron la pérdida. En definitiva, trabajar las emociones que se dan durante el proceso.

Según la RAE:

**resiliencia**

Del ingl. *resilience*, y este der. del lat. *resiliens*, *-entis*, part. pres. act. de *resilīre* 'saltar hacia atrás, rebotar', 'replegarse'.

1. f. Capacidad de adaptación frente a un estado o situación adversos.

## 2. Modelo consentimiento informado

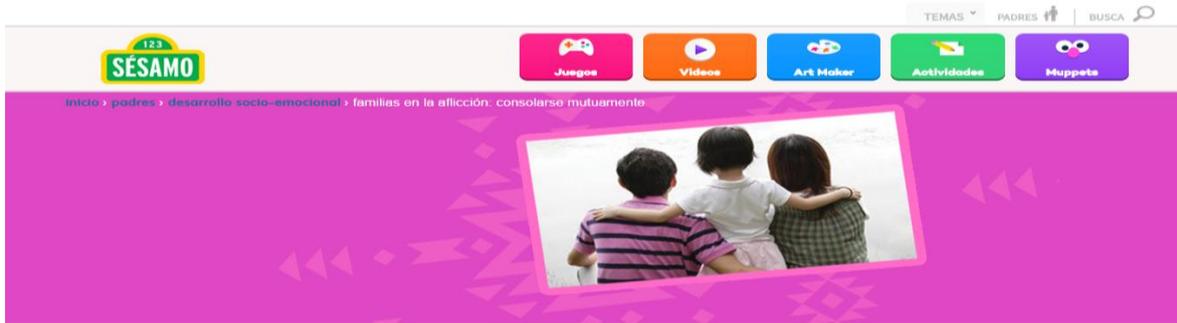
Yo, _____	identificado(a) con el documento _____
NOMBRE DEL PARTICIPANTE	NÚMERO DE DOCUMENTO
de _____	por voluntad propia doy mi consentimiento para la participación en una entrevista para el trabajo de fin de grado de último curso de Psicología sobre las terapias grupales y la pérdida de un hermano/a. Así también, a sabiendas, de que la información extraída de la misma será totalmente confidencial.
CIUDAD DE EXPEDICIÓN	

Firma participante

Firma entrevistador

### 3. Materiales empleados en el proyecto

#### 3.1 Plataforma online de *Sesame Street*:

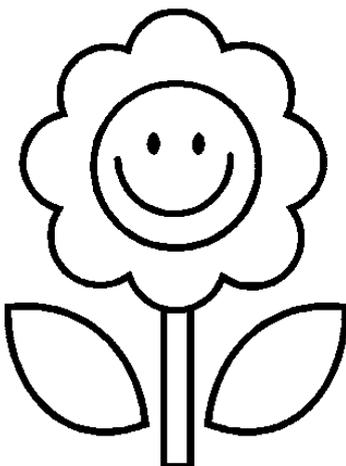


#### **Familias en la aflicción: Consolarse**

#### 3.2 Ejemplo historieta:



#### 3.3. Ejemplo de dibujo de la flor:



3.4. Ejemplo plantillas *Dixit*:



3.4. Juego *Catan*

