

Duelos en la familia: una mirada sistémica.

Russi, Mauro.

Cita:

Russi, Mauro (2025). *Duelos en la familia: una mirada sistémica. XVII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXXII Jornadas de Investigación XXI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. VII Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. VII Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-004/98>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eNDN/kd9>

DUELOS EN LA FAMILIA: UNA MIRADA SISTÉMICA

Russi, Mauro

Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

El presente trabajo tiene por objetivo general plantear la importancia de comprender el duelo a partir de un caso clínico atendido en el sistema público del AMBA. Con respecto a duelo se entiende a éste como un proceso psicológico, que implica una dimensión conductual, cognitiva, emocional y social, que se produce tras la pérdida de un ser querido (Fernández-Fernández & Gomez-Díaz; 2022). Desde una mirada sistemática se comprenderá a dicho proceso tanto, a nivel personal como familiar, definiendo el concepto de familia en términos de Salvador Minuchin (1974) como un grupo social natural, que determina las respuestas de sus miembros por las influencias que ejerce tanto del interior como del exterior, siendo que su organización y estructura impactan en la experiencia de cada uno de sus miembros. Asimismo, se tiene en cuenta el ciclo vital de sus miembros y de la familia, la forma en que falleció la persona duelada, que cambios se produjeron para adaptarse a la nueva realidad tanto en las creencias como en los roles dentro del sistema familiar y la importancia de las redes de apoyo social.

Palabras clave

Duelo - Sistemas - Familia

ABSTRACT

GRIEF IN THE FAMILY: A SYSTEMIC PERSPECTIVE

The general objective of this work is to raise the importance of understanding grief based on a clinical case treated in the public health system of AMBA. With respect to grief, it is understood as a psychological process, which involves a behavioral, cognitive, emotional and social dimension, which occurs after the loss of a loved one (Fernández-Fernández & Gomez-Díaz; 2022). From a systemic perspective, this process will be understood both on a personal and family level, defining the concept of family in terms of Salvador Minuchin (1974) as a natural social group, which determines the responses of its members due to the influences it exerts both internally and externally, with its organization and structure impacting the experience of each of its members. Likewise, the life cycle of its members and the family is taken into account, as well as the manner in which the bereaved person died, the changes that occurred in adapting to the new reality, both in beliefs and roles within the family system, and the importance of social support networks as a way to facilitate the grieving process. All of this is reflected in the sociocultural context of how death is understood in that community, society, and family.

Keywords

Grief - Sistemic - Family

El presente trabajo tiene por objetivo general plantear la importancia de comprender el duelo a partir de un caso clínico atendido en el sistema público de salud de AMBA. Con respecto a duelo se entiende a éste como un proceso psicológico, que implica una dimensión conductual, cognitiva, emocional y social, que se produce tras la pérdida de un ser querido (Fernández-Fernández & Gomez-Díaz; 2022). Desde una mirada sistemática se comprenderá a dicho proceso tanto, a nivel personal como familiar, definiendo el concepto de familia en términos de Salvador Minuchin (1974) como un grupo social natural, que determina las respuestas de sus miembros por las influencias que ejerce tanto del interior como del exterior, siendo que su organización y estructura impactan en la experiencia de cada uno de sus miembros. Asimismo, se tiene en cuenta el ciclo vital de sus miembros y de la familia, la forma en que falleció la persona duelada, que cambios se produjeron para adaptarse a la nueva realidad tanto en las creencias como en los roles dentro del sistema familiar y la importancia de las redes de apoyo social como forma de facilitar el proceso de duelo. Todo esto con el trasfondo sociocultural que implica la forma en que en dicha comunidad, sociedad y familia entiende a la muerte.

La relevancia que cobra este estudio es poder pensar más allá de modelo teóricos intrapsíquicos e individualistas para poder pensar contextualmente un tema muchas veces tabú pero que es universal a todas las personas como es el morir.

Al hablar de teorías sobre duelo debemos remitirnos a las popularizadas teorías de fases o etapas de duelo donde se describe momento a momento como las personas van transitando el proceso. Podemos citar como antecedentes a Lindemann (1944) y su obra "Symptomatology and management of acute grief" donde propone las etapas de conmoción-incredulidad, dolor agudo y resolución. Otra propuesta pionera y que ha tenido un gran alcance mundial es Kubler-Ross (1969) con su libro "On death and Dying", donde si bien se focaliza en la transición emocional de los pacientes terminales se ha extendido hasta ser usado para conceptualizar etapas de duelo.

Ahora bien, de momento no hay investigaciones que puedan dar cuenta de una homogeneidad en las formas de sobreponer el proceso de construcción del duelo, siendo diferente en cada persona y en cada sistema familiar.

Asimismo, hay autores como William Worden (1991) que plantean en lugar de etapas a transitar, tareas que las personas en duelo deben llevar a cabo. En este sentido menciona como tarea número 1 aceptar la realidad; tarea número 2 trabajar las emociones y el dolor de la pérdida; tarea número 3 adaptarse a un medio en el que el fallecido está ausente y tarea número 4 recolocar al fallecido y continuar viviendo. Su mirada es procesual y toma como referencia a Freud en su conceptualización de “trabajo de duelo” para resaltar el rol activo de las personas.

Entiendo que las familias tienen por objetivos central promover la autonomía de los miembros se desarrolla el concepto de diferenciación en torno a los procesos de duelo. Esto significa que el tipo de relaciones que se establece con la familia y el papel que desempeña en la misma, determina la diferenciación y esto influye en la autonomía emocional. La adquisición del desarrollo del rol de hijo, se va basando en la adquisición de autonomía. Proceso en el cual un individuo se transforma en persona autónoma emocionalmente, porque la dependencia es emocional desde el inicio. La construcción del sujeto emocional es una construcción que irá ocurriendo a medida que el patrón relacional se va instalando y es una cualidad relacional que el individuo lo va internalizando.

Asimismo, el rol del padre a lo largo de la historia se vuelve periférico o ausente siendo las mujeres quienes se ocupan del trabajo de cuidado, entre estos la crianza.

Ahora bien, como señala Contreras (2015) solo unos pocos estudios han proporcionado evidencia de la importancia del rol paterno en las parejas heterosexuales entre ellos Sandford et al., (1995); Gould, Shaffer, Fisher, & Garfinkel, (1997); Hwang & Lamb, (1997); Flouri & Buchanan, (2000, 2002), Cookston & Finlay (2006), mostrando asociaciones consistentemente positivas entre la implicación paterna y los logros académicos, la relación con los iguales, el desarrollo cognitivo y la regulación emocional y conductual (Cabrera et al., 2000; Flouri & Buchanan, 2003).

Otra cuestión de importancia es el papel que cumple el padre en la individuación del hijo/a entendiendo que “el proceso de individuación se desarrolla a lo largo de todo el ciclo vital” (Contreras; 2015: 5). En otras palabras, “Desde la terapia familiar sistémica, el proceso de individuación se conoce como proceso de diferenciación del sí mismo en la familia de origen y describe el funcionamiento de los individuos con relación a sus familias” (Cardenas; 2015: 5). Sin embargo, es importante tener en cuenta que no todas las configuraciones familiares son heterosexuales. Esto significa que en todo caso podría pensarse en las relaciones heterosexuales donde los varones, como se dijo antes, son periféricos o no participan activamente en la crianza. Por último, en relación a la diferenciación hay que destacar cuatro factores relacionados: la reactividad emocional, la habilidad para adoptar una posición del yo, el corte emocional y la fusión con los otros. En primer lugar, las personas poco diferenciadas tienden a ser más reactivas emocionalmente. Las personas cuyo

nivel de diferenciación es alto, por el contrario, poseen mayores habilidades de regulación emocional. En segundo lugar, las personas más diferenciadas son capaces de adoptar una posición del yo y apropiarse de sus pensamientos y sentimientos sin la necesidad de cumplir con las expectativas de otros, esto es no quedar fusionados con lo que los otros dicen y poder tomar sus propias decisiones en base a sus metas y valores. En tercer lugar, cuando las experiencias interpersonales son muy intensas, las personas poco diferenciadas se aíslan de los demás y de sus emociones, mientras que las personas altamente diferenciadas logran establecer límites sanos y claros con el resto. Por último, y relacionado con lo anterior, las personas altamente diferenciadas son capaces de mantener relaciones bien definidas, mientras que una baja diferenciación lleva a una sobreimplicación o “ fusión” con los otros en la mayoría de sus relaciones significativas. Esto se puede observar en los estilos de vínculos donde pasan de un polo al otro de una amistad de gran cercanía a un odio profundo. Algo que también se puede dar en las relaciones terapéuticas. Los límites son una forma de interacción, están constituidos por reglas que determinan quienes participan y en que forman y protegen la diferenciación dentro de la familia. Si no hay límites claros, hay indiferenciación de la estructura. Nadie sabe quienes son los hijos, los hermanos, los padres y esto hace que se pierda el desarrollo autónomo volviéndose un sujeto disfuncional en una familia disfuncional.

Ahora bien, al momento de hablar de familias una definición aproximada tomando el modelo estructural de Salvador Minuchin (1974) la misma es un sistema abierto que se autorregula. Tiene periodos homeostáticos y morfogenéticos, es decir de generar nuevas formas para ir adaptándose a las condiciones externas que se relaciona a través de la frontera. Se relaciona con otros sistemas como por ejemplo la escuela, la familia de origen, un servicio de salud mental u otras familias. En los momentos de duelos donde un cónyuge se ocupaba por ejemplo del vínculo con el sistema escolar y ahora esto debe ser función de la otra parte, en este caso podría ser el padre como venimos haciendo referencia, implica nuevos desafíos.

En el caso de la familia, lo explicado anteriormente cobra relevancia porque el trabajo de la terapia se centró en la autonomía y diferenciación del niño en torno a las demandas de la abuela. A esto se le suma además la migración y el tener que construir nuevos lazos con otros sistemas que brindarán diferentes servicios y cumplirán funciones que serán importantes para la vida del sistema familiar permitiendo que la familia no se vuelva un conglomerado en palabras del autor antes mencionado.

Es acá donde comenzarán a reformularse los roles. En la familia elegida el rol madre es ocupado por la abuela materna pero la presencia del padre, quien continúa ocupándose de ser proveedor, se torna menos periférica sobre todo al ser convocado al espacio psicoterapéutico. Asimismo, tomando la teoría de Bowen, la triangulación entre la abuela materna, el niño y el terapeuta permite que este último cumpla una función importante

al escenificar momentos de la vida diaria y evaluando y promoviendo alternativas que jueguen a favor de la diferenciación y autonomía del niño y también de la abuela.

Para abordar los objetivos planteados se trabajará con una metodología descriptiva y cualitativa de caso único. La familia en cuestión emigró a Argentina hace 3 años luego del fallecimiento de la madre del niño. Al momento del tratamiento se encontraba conformada por la abuela materna, Luisa, a quien llamaban "madre", el padre, Roberto, y el hijo de la mujer fallecida, Joaquín de 9 años. Un dato no menor, es que la mujer, falleció en un accidente de tránsito en su país de origen.

Coincidiendo con García Torres (2019) esto se aclara porque no es igual poder anticipar la pérdida gradualmente a que la misma sea intempestiva y que implique un desfasaje temporal de lo esperado. Esto quiere decir, que lo esperado culturalmente es que una hija sobreviva a su madre en el proceso del ciclo vital de las familias.

Quien funciona de nexo entre la institución que brinda la asistencia psicoterapéutica y la familia es la abuela materna, quien cumple un rol de importancia ya que en un primer momento se ocupa de abrir nuevos canales de comunicación del sistema con el mundo exterior. Esto se refleja en su búsqueda de recursos como escuelas, espacios para el niño como ajedrez, idioma, natación e involucrándose en el funcionamiento de la cooperativa de la escuela y, como mencione anteriormente, consiguiendo turno en salud mental. La otra función que cumple es la de estar atenta a la crianza del niño, quien en un inicio presentaba cuestiones vinculadas a su comportamiento dentro de la casa y dificultades con respecto a su autonomía.

El padre, por su lado, cumple el rol de proveedor económico sin dejar de estar presente en la crianza. Es una persona con estudios universitarios, al igual que la abuela, que comienza a realizar un trabajo de repartidor mientras intenta de diversos modos poder acceder a un empleo acorde a sus competencias. Poder pensar el duelo en términos sistémico es brindarnos la posibilidad de abrir nuestra lectura de lo que acontece para poder acompañar procesos que son, sin lugar a dudas personales e íntimos, pero que también afectan al sistema familiar.

Tomando las palabras de Niemeyer (2002) desde una mirada estructuralista/narrativista:

Lejos de constituir un proceso pasivo en el que se «espera» una serie de transiciones emocionales predecibles, una visión más realista del duelo lo entendería como un período de toma acelerada de decisiones (a nivel práctico y existencial), hasta el punto de que la persona afectada puede sentirse en ocasiones desbordada por los desafíos que se encuentra (pp. 129)

Un primer interrogante que me hago es cómo se transformaron los roles al interior del sistema con la ausencia de la madre. Entendiendo que una pérdida es una crisis para el sistema que puede, o asimilar a sus construcciones idiosincráticas de lo acontecido, o llevar a cabo un proceso de adaptación donde se cuestiona y se revisa aquello construido (Neimeyer; 2002).

Dichas construcciones son propias de cada sistema familiar y habrá sus diferencias dentro del mismo, pero también integran las particularidades culturales, étnicas, socioeconómicas, geográficas y, concepto central, momento del ciclo vital en el que se encuentran. Esto es las expectativas sociales que tienen en base a la sociedad a la que pertenecen.

Retomando el interrogante anterior respecto a la reconfiguración del sistema familiar frente a la crisis una posibilidad es que "Los roles jugados por el fallecido pueden ser redistribuidos entre el resto de los miembros de la familia, pueden ser asumidos por uno de ellos (hijo parentalizado) o pueden ser mantenidos "en conserva" a la espera de la incorporación a la familia de un nuevo miembro que lo asuma (hijos sustitutos o matrimonios "de necesidad": p. ej. con la hermana de la madre que quizás ya había comenzado a ocuparse de los sobrinos)." (Pereira Tercero: 5: 2002).

Siguiendo la línea del autor antes mencionado, los sistemas familiares llevan a cabo mecanismos defensivos de supervivencia frente a la pérdida de uno de sus miembros:

1. Reagrupamiento de la familia nuclear
2. Intensificación del contacto con la familia extensa, o con personas cercanas afectivamente a la familia
3. Disminución de la comunicación con el medio externo
4. Apoyo sociocultural a la continuidad de la familia

De los mecanismos mencionados haré referencia exclusiva al cuarto que es el más notorio para este sistema familiar y hace mención a los recursos que el macro sistema, en tanto políticas públicas como educación, salud, cultura en tanto derechos universales son garantizados por el Estado permitiendo que se apropien de los recursos públicos, no solo como dadores de un servicio, sino también como espacios de socialización como la escuela o el espacio de psicoterapia, donde se promueve su autonomía y la escucha respetuosa de sus inquietudes e intereses en el caso del niño, principalmente, pero de toda la familia.

Ahora bien, respecto al espacio psicoterapéutico, lo primero es siguiendo la línea estructuralista el terapeuta observa y plantea interrogantes, en palabras de Minuchin el psicólogo "comienza señalando los límites y pautas transaccionales y por elaborar hipótesis acerca de cuáles son las pautas operativas y cuáles no. Comienza, así, por establecer un mapa familiar" (pp. 139). Durante el tratamiento no se hace mención en sí mismo al duelo, tampoco parece ser algo buscado por la familia. El niño pone énfasis en contar lo que le aqueja de su cotidaneidad o traer a sesión dibujos o juegos de mesa realizados por él demostrando una gran capacidad creadora. La abuela por su cuenta, no suele hablar de ella sino del niño, por momentos más crítica respecto a las conductas del mismo, otras veces y las últimas sesiones en las que participó sobre todo, en un tono más positivo valorando las mejorías en la autonomía de su nieto. Pasado unos meses aparece la figura del padre, el cual si bien está presente en la vida del hijo, empieza a cobrar relevancia en lo que puedo percibir una segunda etapa del tratamiento. Donde ya no se habla

de la autonomía ni de las conductas de Joaquín, sino más bien suele empezar a centrarse en los intereses de él. Asimismo, las sesiones comienzan a espaciarse a pedido de Joaquín que quería comenzar un espacio de teatro en la escuela que le motivaba y la abuela comienza un espacio de formación en robótica que hace que el padre comience a ser quien acompañe al niño.

En este sentido, al pensar la construcción del duelo en términos narrativos, no se trata sólo de metáforas (Neimeyer: 2002), sino que implica la visión que se tiene del duelo en la terapia y la forma en que se elabora en un contexto determinado, que puede facilitar o no su construcción. En otras palabras, si bien Joaquín no hizo nunca referencia a la muerte de su madre podemos pensar en el rol central que cumplieron sus responsables adultos al reorganizarse para poder acompañarlo y permitirle que, a su manera, el duelo pueda ser llevado a cabo:

“El apoyo social y familiar es reflejado en muchos estudios como factor que potencia o desarrolla la resiliencia (Bennett, 2010; Collishaw et al., 2016; Essakow y Miller, 2013; Murrell et al., 2018; Infurna y Luthar, 2017), así como el apoyo de profesionales sanitarios también permite desarrollar la resiliencia de los familiares que deben afrontar situaciones difíciles como puede ser, por ejemplo, afrontar la enfermedad oncológica de un hijo (González-Arriata et al., 2011).” (González- González & Gomez-Díaz: 137; 2022)

En esta línea, el proceso de duelo, no solo implica un volver a repensar a la familia en sus funciones sino pensarse las identidades individuales y la identidad familiar: “(...) la «elaboración del duelo» puede entenderse como un proceso que tiene lugar dentro de tres sistemas independientes e interrelacionados: el sí mismo, la familia y la sociedad.” (Neimeyer; 2002: 150)

En este sentido, es importante pensar la construcción del duelo como un proceso público además de privado y que su expresión estará necesariamente contextualizada dentro del sistema familiar donde entran en juego las normas de interacción, los roles, las jerarquías de poder, el apoyo y otras características de las estructuras y procesos familiares. Todo lo anteriormente mencionado, no sucede en forma aislada del sistema societal al que pertenecen. Cómo se piensa culturalmente al duelo, según edad, género, clase social, religión y comunidad a la que pertenecen. Qué dicen los medios de comunicación sobre el duelo, que lugar se le da en las políticas públicas, que expectativas se tiene para una mujer que perdió a su hija, cuales para un marido y para el hijo. Qué lugar la sociedad y la comunidad da a las emociones y su expresión evitando que se torne un duelo complicado, donde prime la invalidación y las dificultades para poder transitar el proceso de resignificación y reconfiguración tanto de la vida personal como familiar.

Continuando con el devenir del proceso psicoterapéutico, la abuela vuelve a retomar las sesiones con su nieto y comenta que tienen pensado volver a su país de origen para que el niño “pueda hacer un cierre”. Dicho esto, comienza a llorar y presenta dificultades para expresarse al respecto. Podemos

hipotetizar que quien está buscando hacer un cierre es ella, ya que pareciera que no ha logrado conectarse con la pérdida al ocupar un rol activo en la integración de la familia al nuevo contexto post migratorio.

Ahora bien, esto no quiere decir que esté mal o bien. Siguiendo a Robert Neimeyer (2002) cada persona realiza su duelo a su manera y, si bien, el proceso de duelo frente a una pérdida puede generar que nos aislamos o que no queramos “cargar” a las otras personas que también viven la pérdida, poder apoyarse en otros y, al mismo tiempo, acompañar, es un proceso sanador que permite reelaborar y resignificar la pérdida permitiéndonos sobrellevar el proceso de duelo en forma colectiva y no solamente en soledad. Compartiendo el sufrimiento y el dolor con otros que atraviesan lo mismo podemos encontrarnos con la empatía y con palabras que nos hagan sentir identificados, así como, ayudar a otros a sentirse menos solos en dicho momento de sus vidas: “la investigación sugiere que la capacidad para compartir con otras personas los propios sentimientos e historias sobre la pérdida tiene propiedades curativas” (Neimeyer, 2002: 89).

BIBLIOGRAFÍA

- Alonso Gomez, Morer Bamba & Oblanca Beltrán (2017). El duelo y la pérdida en la familia. Revisión desde una perspectiva relacional. En www.revistadigital.com.mx. Redes 36.
- Bowen, M. La diferenciación del yo en relación a la familia de origen.
- Dolado Contreras, A. (2015). El proceso de diferenciación del self en la adolescencia: el papel de la figura paterna. Universidad Pontificia Comillas ICAI ICADES Revista Comillas. Madrid.
- Cookston, J.F. y Finlay, A.K. (2006). Father involvement and adolescent adjustment: Longitudinal findings from add health. Fathering, 4 (2). 137-158.
- Flouri, E. y Buchanan, A. (2000). What predicts good relationships with parents in adolescence and partners in adult life: Findings from the 1958 British birth cohort. Journal of Family Psychology, 16, 186- 198.
- Flouri, E. y Buchanan, A. (2002). Life satisfaction in teenage boys: The moderating role of father involvement and bullying. Aggressive Behaviour, 28, 126-133.
- Gould, M.S., Shaffer, D., Fisher, P. y Garfinkel, R. (1997). Separation / divorce and child and adolescent completed suicide. Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 37, 155-162.
- García Torres, R. (2019). El proceso de duelo desde la terapia familiar sistémica: el papel del apego adulto. Revista de Cs. Sociales y Humanidades Comillas.
- Hwang, C.P. y Lamb, M.E. (1997). Father involvement in Sweden: A longitudinal study of its stability and correlates. International Journal of Behavioral Development, 21, 621-632.
- Minuchin, S. (1974). Familias y terapia familiar. Editorial Gedisa, colección terapia familiar.
- Niemeyer, R. (2002). Aprender de la pérdida. Una guía para afrontar el duelo. Editorial Booket.
- Pereira Tercero, R. (2002). Duelo familiar. En Sistemas familiares, 18 (1-2). pp. 48-61.

Sandford, M., Szatmari, P., Spinner, M., Munroe-Blum, H., Jamieson, E.,
Walsh, C. y Jones, D. (1995). Predicting the one-year course of adolescent major depression. 15 Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 34, 1618-1628.

Worden, W. (1991). El tratamiento del duelo: asesoramiento psicológico y terapia. Editorial Paidós.