

APLICACIÓN DE LA HISTORIA DE VIDA COMO TÉCNICA PARA LA VISIBILIZACIÓN Y ABORDAJE DE LAS MÚLTIPLES PÉRDIDAS Y DUELOS EN CASOS DE VIOLENCIA

Elsa María Reynoso Nava*

RESUMEN

El presente trabajo tiene como objetivo principal describir la forma en que la aplicación de la técnica de historia de vida sirve para la visibilización, abordaje y tratamiento de las múltiples pérdidas y duelos en contextos de violencia. Ello, a través del análisis de la historia de vida de una mujer mexicana de 62 años originaria del estado de Guerrero. Se trata de un estudio cualitativo en el que se retoma la teoría de los duelos múltiples de Robert A. Neimeyer, quien concibe al duelo como una situación desencadenada tanto por la muerte de un ser cercano como por pérdidas generalmente minimizadas y poco atendidas por la sociedad. En este sentido, la técnica de historia de vida posee grandes ventajas para el tratamiento de múltiples duelos o pérdidas en contextos de violencia. La narrativa ayuda a las personas a integrar los pensamientos y emociones sobre las pérdidas sufridas en una experiencia consistente y significativa.

PALABRAS CLAVE: pérdidas múltiples, duelos múltiples, historia de vida, violencia.

APPLICATION OF LIFE HISTORY AS A TECHNIQUE FOR MAKING VISIBLE AND ADDRESSING THE MULTIPLE LOSSES AND GRIEF IN CASES OF VIOLENCE

ABSTRACT

The main objective of this paper is to describe how the application of the life history technique serves to make visible, address, and treat the multiple losses and grief in contexts of violence. This is done through the analysis of the life history of a 62-year-old Mexican woman from the state of Guerrero. This is a qualitative study that takes up Robert A. Neimeyer's theory of multiple grief, who conceives grief as a situation triggered by the death of a close person, but also by a loss that is generally minimized and not well attended by society. This way, the life story technique has significant advantages for the treatment of multiple grief or losses in violent contexts. The narrative helps people to integrate thoughts and emotions about the losses they have suffered into a consistent and meaningful experience.

KEYWORDS: multiple losses, multiple grief, life history, violence.



INTRODUCCIÓN

En la actualidad, la idea de que el duelo sólo refiere al conjunto de sentimientos que se presentan como respuesta a la muerte de un ser querido ha perdido vigencia. Las posturas más recientes consideran que este concepto da cabida a otro tipo de pérdidas que tienen lugar en el desarrollo de la vida de las personas, como pueden ser el desplazamiento geográfico derivado de eventos externos, despidos laborales, rupturas de relaciones personales, entre otras.

Derivado de que, en ocasiones, se trata de pérdidas más sutiles que no cuentan con una definición clara, no suelen ser reconocidas o trabajadas. No obstante, sus consecuencias pueden presentarse a lo largo de la vida de una persona. En este sentido, es posible la existencia de pérdidas y duelos múltiples y simultáneos. Aunque cada uno tiene sus características específicas, pueden incidir en los otros.

Aquellas pérdidas o duelos ocurridos en situaciones de fuerte violencia –como casos de desplazamiento forzado, secuestro, homicidio, entre otros– presentan mayores dificultades para su visibilización y abordaje terapéutico. Ello, debido a que quedan marcados de manera más fuerte en la memoria de las personas y provocan sentimientos de culpa, resentimiento y vulnerabilidad.

La presente memoria de trabajo tiene como propósito principal describir cómo la técnica de historia de vida puede servir para la visibilización y abordaje de pérdidas y duelos múltiples en contextos de violencia. Dicha técnica es un tipo de entrevista a profundidad, cuya utilidad principal es la recolección de datos y la inmersión en la subjetividad del entrevistado para crear relaciones entre sus experiencias individuales y el mundo social. En términos psicológicos, permite lograr la resignificación de múltiples momentos de la vida y proporciona información al terapeuta para la aplicación de técnicas para el tratamiento, entre otros beneficios.

Para lograr el objetivo se retoma la historia de vida de Paloma, una mujer mexicana de 62 años originaria del estado de Guerrero, que ha sufrido duelos y pérdidas múltiples a lo largo de su vida, marcados por contextos de violencia. Paloma acudió a diversas sesiones con quien suscribe, con la finalidad de contar su historia de vida y recibir atención psicoemocional adecuada.

DESARROLLO

Si bien las posturas clásicas consideran al duelo como el conjunto de sentimientos que se presentan como respuesta a la muerte de un ser querido –de forma independiente al contexto en el que dicha pérdida se presenta–, las investigaciones y tendencias actuales han ampliado su definición de manera importante.

* Psicóloga, e-mail: reymar-06@hotmail.com.

Por una parte, existen trabajos sobre duelo que se concentran en la muerte como un elemento presente por naturaleza en la vida de todo ser humano, que ocasiona dolor y pérdida que implica atravesar procesos de duelo, con la finalidad de recuperar la cotidianidad para seguir adelante una vez que se ha desprendido un elemento importante de la vida de una persona (García-Hernández, Duelo y causalidad, 2017). Por el otro lado, autores como Herrero y Neimeyer (2006) consideran que, en tiempos recientes, la atención a la muerte es un elemento que se ha relegado para dar cabida a otro tipo de pérdidas que también tienen lugar –casi con la misma inevitabilidad– durante el desarrollo y vida de una persona.

Asimismo, explican que tal atención es consecuencia del papel e importancia que se le ha otorgado al tema de la muerte en distintas religiones alrededor del mundo. En este sentido, una de las funciones de la psicología es trabajar con la finalidad de brindar una respuesta científica a un elemento que se ha tratado habitualmente desde lo espiritual y sacro (Herrero y Neimeyer, 2006). En atención a lo anterior, los autores estiman necesario ampliar las concepciones de duelo y pérdida hacia eventos que las posturas clásicas han dejado fuera.

Debe comprenderse que existen otros eventos que implican pérdidas más sutiles, que no cuentan con una definición clara, por lo que no suelen ser reconocidas y trabajadas. Sin embargo, sus efectos pueden acompañar a una persona a lo largo de su vida, con consecuencias conductuales y emocionales importantes, que se relacionan con la memoria del evento y su evitación (Neimeyer, 2002).

Este tipo de pérdidas también suponen la presencia de un duelo y pueden relacionarse con cualquier cambio que una persona experimenta en contra de su voluntad. Así, pueden consistir en la pérdida de un ser querido, en el desplazamiento geográfico derivado de eventos externos, despidos laborales, rupturas de relaciones amorosas, rechazo de un lazo social que debía darse de forma diferente o, incluso, la respuesta inesperada a ante un evento que para otros sucede de forma cotidiana y que la persona en cuestión no puede sobrellevar.

En primera instancia, puede observarse que muchos de estos eventos son comunes en la vida de una persona, aunque algunos no resultan tan inevitables como la muerte de seres cercanos. En general, se relacionan con el progreso de la vida, eventos naturales o acontecimientos sociales que inciden en la realidad de la persona en cuestión. Dada su habitualidad, estas pérdidas pueden ser demeritadas por el entorno social, lo que tiene como consecuencia que no reciban la atención debida, la importancia esperada o, incluso, el respeto adecuado (Díaz, Molina y Marín, 2015).

Su integración al nuevo estatus de vida requiere del mismo proceso que las pérdidas entendidas por la conceptualización clásica. De esta forma, Neimeyer (2002) sostiene que existen tres grandes etapas por las que las personas en proceso de duelo atraviesan. En términos generales, se pueden entender como evitación, asimilación y acomodación.

– *Evitación*: se presenta dificultad para asimilar la pérdida, en especial en las que suceden de forma precipitada. En este momento la persona desatiende aspectos de su vida; también tiende al pánico o la conmoción al recordar el



evento de pérdida. En un duelo intenso, además, se agregan emociones de aturdimiento, irritabilidad, distanciamiento o aislamiento.

- *Asimilación*: se comienza a tomar consciencia sobre la pérdida. Son comunes las emociones de negación, culpa, vacío y rabia. Hay episodios depresivos con pérdida de sueño y llanto espontáneo, e incluso ansiedad y alucinaciones. A nivel físico se presentan trastornos digestivos, estrés y náuseas.
- *Acomodación*: es la etapa de aceptación de la pérdida, durante la cual se integra la nueva situación a su sistema de creencias y ya no es necesario eliminarla o negarla. Los hábitos y malestares físicos retroceden y la persona vuelve a la normalidad, pues ha logrado organizar sus nuevas condiciones de vida y emociones.

Cabe destacar que estas etapas se pueden presentar en desorden, dado que dependen en gran medida de las capacidades, apoyo y situaciones que experimenta una persona. Además, pueden suscitarse retrocesos, debido a nuevas reflexiones o situaciones que tengan repercusiones sobre los sentimientos y emociones de la persona que atraviesa el proceso de duelo.

Debido a la diversa naturaleza de pérdidas que se pueden experimentar y a su ocurrencia causal con base en aspectos externos a la actuación de la persona, es posible la existencia de pérdidas simultáneas, lo que a su vez supone la presencia de duelos múltiples. Así, aunque cada uno tiene sus particularidades, pueden tener incidencia los unos en los otros, debido a las experiencias anteriores y las herramientas que se hayan generado o desarrollado para lidiar con cada situación (Neimeyer, 2002).

El propósito final del proceso de duelo es resignificar los elementos que se han perdido y aquellos que han sido modificados debido a la pérdida. Se trata de un reacomodo de lo cotidiano respecto a la nueva ausencia o cambio, de manera que, si bien la pérdida pudo darse en un contexto acotado, sus consecuencias pueden alcanzar diversos ámbitos de desarrollo y vida de la persona (García-Hernández, 2010).

Con este grado de subjetividad en torno al proceso de duelo, se entiende que cada contexto y persona supone un proceso diferente, con ritmos, retrocesos y progresos diversos. De entre esta variedad de situaciones, puede rescatarse la respuesta ante los duelos por desplazamiento forzado, que, como su nombre lo indica, es aquel en el que circunstancias externas afectan la cotidianidad de una persona, obligándola a trasladarse de su lugar de residencia a otro territorio debido a eventos sociales o naturales (García-Hernández, 2010).

Al respecto, se ha detallado que todo desplazamiento forzado implica un proceso de duelo; sin embargo, este puede generar resultados positivos y negativos, de acuerdo con la persona y las herramientas de las que dispone para enfrentarse a dicha situación (Correa, López y Vanegas, 2003; citado por Díaz, Molina y Marín, 2015).

Además, al investigar a fondo la naturaleza de las pérdidas por desplazamiento forzoso, se ha planteado que el funcionamiento del proceso de duelo depende de dos aspectos. Por una parte, de los antecedentes de vida de la persona en cuestión, relacionados con sus vínculos familiares y su estabilidad laboral y emocional, entre otros. Por otra parte, de los elementos posteriores a la pérdida, relacionados con



la forma en la que significan la pérdida, cómo experimentan las nuevas condiciones de vida, la aceptación dentro del nuevo entorno y el reconocimiento mismo de haber padecido una pérdida (Bello, 2000; citado por Díaz, Molina y Marín, 2015).

Este enfoque requiere conocer el contexto de cada persona que forma parte de «los desplazados». El agrupamiento que se hace sobre ellas supone la pérdida de la voz y la experiencia individual. Se les aborda como un mismo ente, eliminando la particularidad de cada cuerpo, su estudio se ha basado en la estadística y no en la historia de vida de cada involucrado (Ospina y Gallo, 2002; citado por Díaz, Molina y Marín, 2015).

MATERIAL Y MÉTODO

La presente memoria descriptiva toma como base la construcción de la historia de vida de Paloma, una mujer de 62 años originaria de Guerrero quien, debido al contexto de violencia en el que se desarrolló, ha experimentado diversas pérdidas a lo largo de su vida. Ya sea en torno a relaciones familiares, muertes de seres queridos, cambios de estilo de vida o desplazamientos forzosos, Paloma ha padecido pérdidas múltiples marcadas por el miedo, la injusticia y la venganza, sin contar con acceso a atenciones psicológicas que le permitan entender y trabajar sus procesos de duelo. Sus experiencias y testimonios fueron recabados mediante varias sesiones de entrevistas que se sostuvieron con quien suscribe el presente trabajo.

La historia de vida se considera un tipo de entrevista a profundidad con características propias. Se trata de una técnica de recolección de datos cuya utilidad principal es adentrarse en la subjetividad del entrevistado para crear relaciones entre sus experiencias individuales y el resto del mundo social (Álvarez-Gayou, 2003).

La construcción y el análisis de una historia de vida forma parte de las investigaciones cualitativas, pues la interpretación se orienta al significado de lo ocurrido y no a la medición de variables numéricas tomadas durante el estudio. Asimismo, se constituye como experimental, pues el investigador no controla las variables, sino que recopila, describe, organiza y analiza la información disponible.

La construcción de una historia de vida implica la atención y conservación de los intereses de la investigación, con un amplio respeto a la palabra del entrevistado. Luego, se debe interpretar el testimonio y encontrar los acontecimientos más significativos, la ocurrencia de momentos o periodos críticos y su relación con otros hechos importantes. Con esta información, es posible dar forma a las definiciones y perspectivas del protagonista (Taylor y Bodgan, 1987).

Para generar las historias de vida, el investigador debe equilibrar su trabajo de investigación con la labor personal de llevar a cabo una entrevista a profundidad, a fin de discernir la información pertinente y distinguir aquellos aspectos que, por un motivo u otro, pueden nublar los resultados de la historia de vida. Sin embargo, su labor se da de manera segmentada, pues cede el papel central al entrevistado para recopilar la mayor información posible. La finalidad del entrevistador es proporcionar al informante las condiciones suficientes para que sea él quien defina el contenido de la discusión, para finalmente, analizarla e interpretarla (Peón, 2001).



Quien hace uso de la técnica de historia de vida debe distinguir entre lo pertinente y lo secundario, y avanzar de forma progresiva desde los núcleos mínimos, como la familia y los amigos, hasta los panoramas macro, como los hechos y perspectivas nacionales, de forma que cada expresión se integre en una misma interpretación de relatos y datos. Por otra parte, para diferenciar el análisis del entrevistador del discurso del entrevistado, es necesario diferenciar la primera persona, utilizada por voz del investigador que construye la historia de vida, de la tercera persona, correspondiente al entrevistado que expresa su autobiografía (Chávez, 2013).

En casos de grupos, la construcción de las historias de vida permite crear una memoria colectiva a partir de la interpretación que los individuos pertenecientes a una comunidad otorgan a los hechos que los han rodeado y definido. Asimismo, las historias de vida brindan voz individual a los integrantes de grupos que han experimentado situaciones difíciles. Auxilia en la identificación de los elementos presentes en toda una comunidad y aquellas variables que han configurado a cada uno de sus integrantes (Álvarez-Gayou, 2003; Peón, 2001).

Dentro de un contexto muy particular como el de la psicología clínica, y con una serie de adaptaciones, la historia de vida también puede ser entendida como una técnica terapéutica, toda vez que supone procesos catárticos y de reconstrucción de eventos por medio de la narración (García-Hernández, 2010). En los casos de tratamiento por múltiples duelos o pérdidas en casos de violencia, se trata de una técnica que fragiliza a quien cuenta su historia; por lo que se vuelve necesario tener claridad y establecer un marco de escucha cercano, cálido y empático, pero siempre dentro de los límites del tratamiento (Cornejo, Mendoza y Rojas, 2008).

Así, para la recopilación de la historia de vida dentro de la psicología clínica, es indispensable que el lugar en el que se realice la entrevista tenga las condiciones adecuadas. En este caso, se trata de un consultorio psicológico, definido como el lugar en el que se presta un servicio de prevención, promoción y/o intervención dirigido a buscar el bienestar de los pacientes. Incluso, se trata de un espacio que puede operar como lugar de prácticas profesionales y brindar un servicio de manera individual o grupal. Debido a ello, el consultorio necesariamente debe contar con las condiciones adecuadas para ofrecer un ambiente íntimo de privacidad, seguridad y comodidad, que posibilite la relación terapéutica y el desarrollo de la terapia u otra actividad a realizar (Aesthesis, 2017).

En este sentido, se recomienda que el espacio terapéutico reúna determinadas características. En primer lugar, deben predominar tonalidades claras y frías, que generen mayor sensación de tranquilidad, relajación y descanso. Asimismo, se requiere reducir al mínimo los elementos eléctricos o plásticos, pues se considera que el incremento de iones de carga positiva que generan es capaz de afectar el estado anímico de las personas. Se necesita presencia de luz natural y contar con una temperatura adecuada, respecto a esto último, se recomienda que la habitación tienda a estar fresca; entre otros aspectos (Aesthesis, 2017).



RESULTADOS

A partir de la historia de vida de Paloma, es posible identificar la utilidad de esta técnica para la visibilización y abordaje de las múltiples pérdidas y duelos en casos de violencia. Antes de tratar este aspecto, es necesario mencionar que puede considerarse que todo duelo supone una pérdida pero que no toda pérdida implica la presencia de un proceso de duelo. Estas últimas no son de especial interés para el tratamiento tanatológico; sin embargo, la historia de vida permite identificar aquellas pérdidas relevantes para la persona y cuáles no incidieron de manera importante en su vida cotidiana; lo cual puede ayudar al terapeuta en el diseño de herramientas útiles para su tratamiento.

Uno de los aspectos de la historia de vida que se identificaron a partir de la experiencia con Paloma es el hecho de que esta técnica permite localizar y detallar los tipos de duelos, la etapa en la que el paciente se encuentra, las características de cada uno y las situaciones de violencia que ha experimentado la persona en tratamiento. Ayuda a organizar los acontecimientos en una historia coherente. A través de ello, es posible visibilizarlos y atender de manera adecuada a cada individuo con menores consecuencias negativas sobre su estado emocional.

Asimismo, pudo observarse que Paloma fue reticente en un inicio a la atención terapéutica, por considerar que no la requería. Sin embargo, una vez que se comenzó a trabajar en la historia de vida, Paloma tomó más confianza y soltura, por lo que narró más detalles de cada una de sus experiencias. Esto no sólo sirvió como elemento para identificar las pérdidas y duelos, sino que ayudó a que la paciente recordara con cada vez más detalles cada uno de los sucesos e, incluso, aquellos que ya había olvidado, tanto positivos como negativos.

Puede deducirse que la historia de vida requiere de un espacio en el que la persona se sienta cómoda y a través del cual se genere un ambiente íntimo entre el paciente y el terapeuta. De igual forma, se advierte que las personas pueden llegar a minimizar sus experiencias y pérdidas en razón de las convenciones sociales sobre el duelo, las cuales llegan a considerar que este únicamente se experimenta en casos de la muerte de un ser querido. En tal situación, el terapeuta puede validar y posicionar al paciente como una persona que tiene el derecho a concebir su propia experiencia de forma distinta a como lo hacen en su comunidad y a como buscan imponerle.

La intimidad entre ambos participantes en la terapia permite que el paciente no se preocupe por formalismos excesivos en la forma de hablar, lo que queda reflejado en su relato, en el cual plasma su concepción de la realidad. En este sentido, el receptor debe tener en cuenta en todo momento la posibilidad de que existan sesgos en la narración y ha de prestar especial atención a situaciones que puedan deformarla, como las exageraciones, ilusiones, idealización, entre otros.

Asimismo, las condiciones de confianza posicionan al receptor como una persona que puede alegrarse, molestarse o entristecerse de las experiencias, logros y fracasos del paciente. Esto permite crear una relación terapéutica fuerte, capaz de aceptar o discutir las reacciones negativas del cliente o posibles malentendidos durante la terapia.



La narración supone que los participantes o entrevistados se impliquen fuertemente con sus historias. Expresarlas de manera verbal y remontarse a ellas las veces que sean necesarias provoca que se reobserven, examinen, actualicen y reconceptúen sus sufrimientos y momentos especialmente dolorosos. En ocasiones, se convierte en una técnica que fragiliza a quien cuenta su vida, por el recuerdo de momentos fuertes en términos emocionales.

En el caso de Paloma, la narración de su historia de vida permitió identificar que no sólo había un duelo por el cual estaba atravesando, sino que existían duelos y pérdidas múltiples y simultáneos que le afectaban de maneras diversas. Por ejemplo, el secuestro que sufrió a los catorce años no sólo supuso la pérdida de su infancia, sino que implicó la ruptura de sus lazos familiares, de su estilo de vida y un alejamiento doloroso del lugar en el que había crecido. La reconstrucción de estos momentos permitió identificar las herramientas que había desarrollado para significar esta experiencia y le ayudó a recordar momentos significativos con cada uno de los miembros de su familia.

En situaciones como la de Paloma, la historia de vida permite observar que las pérdidas ocurridas en contextos de violencia o desplazamiento forzado, o en aquellas en las que intervienen aspectos como la venganza o el resentimiento, permanecen inamovibles y resultan más marcadas para los individuos. Paloma recuerda su infancia como el momento más feliz de su vida, luego tiene recuerdos claros sobre su secuestro y el asesinato de su padre y hermano –ocurrido poco después, y a raíz de situaciones de venganza–, luego sus memorias se vuelven vagas hasta el secuestro de su esposo, sucedido cuando ella tenía aproximadamente 50 años.

En las experiencias especialmente violentas se hace alusión con mayor frecuencia a las experiencias de horror, asesinato, abusos vividos de manera directa o a las amenazas constantes sobre su persona o sobre sus seres queridos. Las pérdidas vividas de esta forma provocan fuertes sentimientos de impotencia, culpa y vulnerabilidad. Sin ayuda profesional la superación de ellas llega a través de un proceso lento y complicado o, en ocasiones, nunca llega. La historia de vida permite al paciente sentirse menos adolorido o inmóvil, y reconocer la imposibilidad de recuperar aquello que ha perdido (Díaz, Molina y Marín, 2015).

La técnica referida permite también visibilizar situaciones obvias; como la existencia de una falta de control o culpa sobre las pérdidas, una sensación constante de desconocimiento sobre los motivos que rodean los eventos detonantes de los duelos y la existencia de un estado previo de equilibrio antes de la primera pérdida no superada. Así, es posible para el terapeuta alentar al paciente y hacerle ver que en su vida existió un momento de tranquilidad al que puede retomar –con los aprendizajes correspondientes– a través de la utilización de las herramientas terapéuticas adecuadas.

Durante las primeras sesiones con Paloma, ella expresó sentir que había llegado a este mundo para sufrir; sin embargo, a partir de la construcción de su historia de vida, le fue posible reflexionar sobre su vida en conjunto. A pesar de que aún concibe a la muerte como una forma de liberarla de su constante sufrimiento, a diferencia de otros momentos de su vida, ya no desea morir. La reconceptualización de las experiencias vividas le permitió perdonar a algunos de los que le hicieron daño,



y entender que mucho de lo sucedido tuvo como base los usos y costumbres de la comunidad en la que creció. Ha encontrado cierta tranquilidad en la vida familiar que decidió tener y su elección es «no ser igual que quien me dio una muerte en vida».

CONCLUSIONES

La historia de vida es una técnica que cuenta con grandes ventajas para el tratamiento de múltiples duelos o pérdidas, especialmente en aquellos ocurridos en casos de violencia. A la vez que sirve para recopilar información –como técnica de investigación–, permite utilizar los datos obtenidos de forma terapéutica, pues posibilita encontrar conexiones entre experiencias de pérdidas y otros acontecimientos; y sirve como base para la propuesta de recursos terapéuticos.

Se advierte que la creación de una narrativa de la historia de vida no es suficiente para mejorar la salud psicoemocional de una persona; no obstante, es esencial para integrar los pensamientos y emociones sobre las pérdidas sufridas en una experiencia consistente y significativa. Se trata de un proceso que, hasta cierto punto, desensibiliza los recuerdos sobre las pérdidas y el contexto en el que surgieron y disminuye la evitación.

De esta forma, las experiencias se convierten en un hecho más que contribuyen a la formación de la personalidad de un individuo, pero que no la condicionan. Los procesos terapéuticos que empleen dicha técnica para el manejo de duelo siempre deben contemplar momentos para reflexionar sobre lo aprendido en relación con la imagen personal de cada sujeto, el significado de cada evento, sus relaciones con otros y su concepción del mundo.

En contextos de violencia o desplazamiento forzado, la historia de vida muestra como las huellas de estos eventos condicionan los recuerdos de los pacientes y la forma en que los marcan. Se evidencian de forma más clara los sentimientos de importancia, culpa y vulnerabilidad. También, permite al paciente comprender su falta de control y culpa sobre las pérdidas y darse cuenta de la existencia de un estado de tranquilidad y equilibrio previo a la primera experiencia dolorosa significativa que es posible recuperar.

RECIBIDO: 10-1-2020; ACEPTADO: 24-3-2020



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AESTHESIS, P.M. (2017). Importancia del Espacio Terapéutico. Obtenido de Aesthesis Terapia Psicológico: <https://www.psicologosmadridcapital.com/blog/importancia-del-espacio-terapeutico/>.
- ALVAREZ-GAYOU, J.L. (2003). *Cómo hacer investigación cualitativa. Fundamentos y metodología*. Barcelona: Paidós Ibérica, S.A.
- CHÁVEZ, H.A. (2013). La investigación biográfico-narrativa, una alternativa para el estudio de los docentes. *Revista Electrónica «Actualidades Investigativas en Educación»*, 13(3), 1-27.
- CORNEJO, M., MENDOZA, F. y ROJAS, R.C. (2008). *La investigación con relatos de vida: pistas y opciones del diseño metodológico*. Psykhe, 17(1), 29-39.
- DÍAZ, V.E., MOLINA, A.N. y MARÍN, M.A. (2015). *Las pérdidas y los duelos en personas afectadas por el desplazamiento forzado* (1 ed., vol. 13). Colombia: Pensamiento Psicológico.
- GARCÍA-HERNÁNDEZ, A. M. (2010). *La pérdida y el duelo. Una experiencia compartida*. Tenerife, Islas Canarias, España: Manjarrez Impresoras S.A. DE C.V. en Culiacan Sinaloa.
- GARCÍA-HERNÁNDEZ, A.M. (2017). *Duelo y causalidad*. Obtenido de Cultura de los Cuidados (en línea): <http://dx.doi.org/10.14198/cuid.2017.49.06>.
- HERRERO, O., NEIMEYER, R.A. (2006). *Duelo, pérdida y reconstrucción narrativa. Construcciones, narrativas y relaciones: aportaciones constructivistas y construccionistas a la psicoterapia* (L. Botella comp.). Barcelona: Edebé.
- NEIMEYER, R.A. (2002). *Aprender de la pérdida. Una guía para afrontar el duelo*. (Y.G. Ramírez, trad.) Barcelona: Paidós Ibérica. (Y.G. Ramírez, Trad.) Barcelona: Paidós Ibérica S.A.
- PEÓN, F.V. (2001). *Observar, escuchar y comprender sobre la tradición cualitativa en la investigación social*. México: Colmex. Porrúa.
- TAYLOR, S.J. y BODGAN, S. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Barcelona: Paidós.

