

ORFANDAD INFANTIL:
Vivencias ofrecidas por adultos que la han experimentado y
propuestas psicoeducativas

Victoria Carbonell Herrera
Melody Rita Rodríguez Rodríguez
Trabajo de Fin de Grado de Psicología

Tutoras académicas:
M^o Dolores García Hernández,
María del Carmen Muñoz de Bustillo Díaz

Universidad de La Laguna.
Facultad de Psicología y Logopedia
Curso académico 2020/2021

Agradecimientos

“Gracias a mi madre, Loly, por regalarme la vida y por haber inspirado mi vocación y propósito en ella. Este trabajo, esta carrera y mi vida entera te la dedico a ti. Gracias a Carlos, mi padre, por ser incondicional, mantenerme en el camino y darme la fortaleza para atravesarlo. Siempre he estado y estaré orgullosa de que seas mi padre. Mamen y Doli, gracias por la sensibilidad que caracteriza vuestra enseñanza en un mundo en el que mostrarse vulnerable es de valientes. ”

-Victoria

“Agradezco a mis tutoras/es Mamen, Doli y Jose por haberme enseñado el mundo de la psicología desde una perspectiva totalmente diferente y hacerme amar la psicología educativa. También agradezco a mi pareja Jorge y mis fieles compañeras de vida Marisol, Jessica y María, por acompañarme en todo el proceso de la carrera, sin ellos no podría haber conseguido ser la persona que soy”

-Melody

Resumen

El objetivo fundamental de este TFG es recoger la opinión de personas adultas que han pasado por una situación de orfandad durante la infancia, con la intención de recoger qué aspectos le ayudaron durante el proceso y, en función de su experiencia vital, cómo consideran que se puede ayudar a los niños y niñas que tienen que pasar por una situación de orfandad. Para ello, se crea un cuestionario *ad hoc* dividido en dos bloques, uno sobre la vivencia de la pérdida y otro sobre sus opiniones acerca de las características para una actuación psicoeducativa que acompañe a los menores en situación de orfandad. Dicho cuestionario fue cumplimentado por 11 personas adultas que durante su infancia tuvieron que afrontar la pérdida de uno de sus progenitores. En función de sus vivencias y opiniones, se ha concluido que la intervención psicológica debe estar centrada en el o la menor de manera individual y ofreciendo pautas educativas a la familia conviviente sobre gestión emocional, así como a profesorado y amistades. Se recomienda que dicho acompañamiento promueva la creatividad para la expresión de sentimientos y una gestión sana del duelo. Consideramos que las ideas, pautas y consideraciones que emergieron de este estudio, aportarán matices experienciales a las propuestas ya existentes dirigidas a potenciar la calidad de vida de los niños y niñas en situación de orfandad.

Palabras clave: orfandad, infancia, acompañamiento, resiliencia, intervención psicoeducativa

Abstract

The fundamental objective of this TFG is to collect the opinion of people who have gone through an orphan situation during childhood, with the intention of collecting what aspects helped them during the process and, depending on their life experience, how they consider that it can be help children who have to go through an orphan situation. For this, an ad hoc questionnaire is created divided into two blocks, one on the experience of the personal loss and another on their opinions about the characteristics for a psychoeducational action that accompanies minors in orphanage situations. This questionnaire was completed by 11 adults who had to face the loss of one of their parents during their childhood. It has been concluded that psychological intervention should be focused individually and offering educational guidelines to the living family on emotional

management, as well as to teachers and friends. It is recommended that such accompaniment promotes creativity for the expression of feelings and a healthy management of grief. We consider that the ideas, guidelines and considerations that emerged from this study will contribute experiential nuances to the existing proposals aimed at enhancing the quality of life of children in orphans.

***Keywords:* orphanhood, childhood, support process, resilience, psychoeducational intervention**

Índice

1. Introducción.....	6
2. Método.....	7
2.1 Objetivos.....	7
2.2 Diseño.....	8
2.3 Participantes.....	8
2.4. Instrumentos y recopilación de los datos.....	9
2.5 Procedimiento.....	10
3. Hallazgos.....	12
3.1 La vivencia de la pérdida.....	12
3.2 Características de una actuación psicológica que los acompañe.....	21
4. Conclusiones.....	26

1. Introducción

Un huérfano o huérfana se define como un niño o niña que ha perdido uno o ambos progenitores. De acuerdo con esa definición, en 2015 había casi 140 millones de huérfanos en todo el mundo. Estas cifras comprendían no solo a los menores que habían perdido ambos progenitores sino, también, a los que habían perdido al padre pero no a la madre, o que eran huérfanos de madre pero tenían padre (UNICEF, 2021).

Conforme a estas cifras, la orfandad infantil es un problema real y extenso que hay que abordar para proteger a los menores que sufren esta situación. De otro modo, aunque la pérdida de un progenitor no lleva al desarrollo de una patología por sí misma, sin un acompañamiento adecuado podría convertirse en un desencadenante de conflictos (Krueger, 1983) y con repercusiones negativas en la vida adulta, tales como problemas de fobias y dependencia del alcohol (Otowa et al., 2014). Incluso se le considera un factor de riesgo importante a largo plazo, al encontrarlo asociado a situaciones de pobreza en la vida adulta según Beegle, Weerdts y Dercon (2006).

Por otro lado, la pérdida y el duelo enfocados de una manera saludable pueden producir beneficios según el Journal Compilation (2008), como una mayor madurez, mejores mecanismos de afrontamiento y una mejor comunicación en aquellos niños y niñas que han sufrido una pérdida de manera temprana. En este sentido, el proceso de la resiliencia puede ser una explicación a que la vivencia de una situación adversa pueda convertirse en una posibilidad que ayude a conseguir estos beneficios, al ser definida como un conjunto de procesos sociales e intra-psíquicos que dan la posibilidad de tener una vida sana en un medio insano (Rutter, 1993) y como la capacidad humana para enfrentar, sobreponerse y ser fortalecido por experiencias de adversidad (Grotberg, 2001).

Numerosos investigadores e investigadoras (Bachman, 2013; Kennedy, 2008; McClatchey, 2012; Rosner, 2010 y Sandler, 2013.) han desarrollado intervenciones psicoeducativas con niños y niñas, tras la pérdida de uno o de los dos, progenitores obteniendo resultados satisfactorios. Los programas de intervención en este ámbito suponen un incremento en la calidad de vida de estos menores a largo plazo, conduciendo a una adaptación escolar óptima y un desarrollo de habilidades de afrontamiento al estrés, entre otras (Bachman, 2013). Los elementos considerados más efectivos en este tipo de

intervenciones fueron la expresión emocional y el sentimiento de pertenencia (McClatchey, 2012).

Comprobada la eficacia y utilidad de los programas de intervención con este colectivo, se plantea realizar una investigación de corte cualitativo que recoja la experiencia personal y las opiniones vivenciales de personas adultas que experimentaron la orfandad en su infancia, con el propósito de ser tenidas en cuenta en las propuestas de acompañamiento en la orfandad infantil.

En concreto el objetivo fundamental de este TFG es recoger la opinión de personas que han pasado por una situación de orfandad durante la infancia, acerca de qué aspectos le ayudaron durante el proceso, qué factores protectores de resiliencia han puesto en marcha, cómo consideran que se puede ayudar a los niños y niñas que están pasando por una situación de orfandad y cuáles consideran que deberían ser las características estructurales de los programas dedicados al acompañamiento psicoeducativo de los niños y niñas en situación de orfandad. Consideramos que las ideas, pautas y consideraciones que emerjan de este estudio acerca de aspectos a tener en cuenta en acompañamiento psicológico a estos niños y niñas, aportarán a los abordajes ya presentes, los matices experienciales de personas que han vivido de primera mano, la orfandad en su infancia.

2. Método

2.1 Objetivos

Objetivo general

Recoger la experiencia, vivencias y opiniones de personas que hayan pasado por una situación de orfandad durante la infancia, que ilustre el acompañamiento psicoeducativo de la orfandad infantil.

Objetivos específicos

- Qué aspectos le ayudaron durante el proceso de orfandad vivido.
- Qué factores protectores de resiliencia pusieron en marcha.
- Cómo consideran que se puede ayudar a los niños y niñas que están pasando por una situación de orfandad.

- Cuáles consideran que deberían ser las características de formato de los programas dedicados al acompañamiento psicoeducativo de los niños y niñas en situación de orfandad

2.2 Diseño

Se ha optado por una investigación de corte cualitativo, con un abordaje deductivo de los datos. Dentro de los usos dados a la investigación cualitativa (Colas, 1997), ésta tiene un diseño de carácter descriptivo, en cuanto que busca identificar los elementos que son significados por las personas participantes, acerca de sus experiencias de orfandad en la infancia y sus aportaciones con respecto a las intervenciones psicoeducativas a desplegar.

Se trata de un diseño flexible y abierto, porque se obtiene información de la investigación en base a los comentarios de los participantes, formando el investigador parte del proceso, reflejando y transformando la información (Ibáñez, 1992).

2.3 Participantes

Esta investigación se llevó a cabo debido a la experiencia personal de orfandad de una de las investigadoras, Victoria, y a la sensibilidad que suscitó el tópico a la otra investigadora, Melody, al escuchar el tema propuesto por la primera.

Los participantes de esta investigación han sido 11 adultos que pasaron por una situación de orfandad de padre o madre siendo menores de edad.

La muestra de participantes se recogió de dos maneras. En primer lugar, una de las investigadoras posee una relación de amistad con tres personas que pasaron por dicha situación de orfandad, las cuales accedieron a realizar el cuestionario. Además, se recurrió a la red social *Instagram*, donde se publicó un anuncio solicitando la participación en el cuestionario a personas que reunieran estas características: haber pasado por una situación de orfandad en la infancia y ser adulto actualmente. Al que respondieron 8 personas.

Las personas voluntarias cumplimentaron los cuestionarios de manera voluntaria y altruista y se mostraron entusiasmadas y con ganas de poder aportar sus vivencias, considerando esta investigación como una manera de ayudar a menores que hayan pasado por la misma situación que ellas.

2.4. Instrumentos y recopilación de información

Con el fin de obtener los datos para esta investigación se realizó un cuestionario *ad hoc* inspirado en las experiencias de las investigadoras y de algunos elementos inspirados en el abordaje de la resiliencia. Así mismo, se optó por realizar preguntas que les permitiera responder libremente sobre sus experiencias y opiniones.

El cuestionario fue dividido en dos bloques: un primer bloque más personal sobre la vivencia de la pérdida y otro bloque de preguntas basadas en las características para una actuación psicológica que los acompañe.

En el primer bloque los ítems están referidos a sus experiencias personales, constando de 7 preguntas abiertas con el objetivo de facilitar una libre expresión sobre su situación en aquel momento. Las preguntas fueron:

- ¿Quién fue tu principal apoyo tras la pérdida? ¿Por qué consideras que lo fue?
- ¿Recuerdas realizar alguna actividad para expresar tus sentimientos? (Escribir, pintar, actuar, bailar...)
- ¿Qué cosas has hecho para tener presente a esta persona a lo largo del tiempo?
- ¿Qué estrategias utilizaste para poder seguir con tus obligaciones? (estudios, deportes, actividades extraescolares...)
- En esos momentos, ¿cómo fue la comunicación con tus seres cercanos? ¿qué apreciabas? ¿qué echabas en falta?
- ¿Has tenido algún tutor resiliente*? En caso de identificar a alguna persona ¿Qué valoras de tu relación con esa/s persona/s para considerarlo un tutor resiliente?
- Desde tu experiencia ¿Cómo crees que podemos ayudar a los niños que están pasando por lo mismo que pasaste tú?

Por otro lado se utilizaron 4 preguntas tipo likert (de una escala de 1 a 4, donde 1 se representa como nada y 4 se representa como mucho) sobre factores protectores de resiliencia:

- Ante la situación vital que experimentaste, ¿cuánto crees que la Creatividad te ayudó en el proceso de la pérdida?
- Ante la situación vital que experimentaste, ¿cuánto crees que el Altruismo te ayudó en el proceso de la pérdida?
- Ante la situación vital que experimentaste, ¿cuánto crees que el Optimismo te ayudó en el proceso de la pérdida?
- Ante la situación vital que experimentaste, ¿cuánto crees que la Introspección te ayudó en el proceso de la pérdida?

En el segundo bloque del cuestionario se profundiza sobre las características para una actuación psicológica que los acompañe, componiéndose de 4 preguntas abiertas con el objetivo de averiguar qué aspectos consideran según su experiencia que hay que tener en cuenta a la hora de acompañar psicoeducativamente a los niños en situación de orfandad.

- ¿Dónde crees que tenemos que centrar la intervención? ¿qué aspectos consideras imprescindibles que tengamos en cuenta a la hora de realizarla?
- Si te hubieran ofrecido la posibilidad de participar en un programa de apoyo psicológico ¿te hubiera gustado realizar la intervención de manera individual, en grupo con otros niños y niñas que están pasando por lo mismo, con tu familia...?
- En cuanto al formato del programa ¿Cómo te hubiera gustado realizar esa intervención? (tipo presencial, semipresencial, online, multimedia...)
- ¿Qué otra cuestión quisieras sugerirnos, contarnos sobre cómo imaginas un buen acompañamiento en niños y niñas en esta experiencia vital?

2.5. Procedimiento

El proceso comenzó en la elección de temas para realizar en la asignatura de Trabajo de Fin de Grado. Victoria propuso la idea de realizar una investigación con objeto de mejorar la calidad de vida en la infancia para apoyar en una situación de orfandad. A Melody, le pareció un tema muy cautivador y solicitó a Victoria realizarlo juntas, quien accedió inmediatamente al observar el interés mostrado.

El segundo paso fue acotar el tema y la metodología de la investigación junto a las tutoras académicas, donde se valoró realizar una investigación cualitativa de tipo descriptivo con una propuesta que permitirá generar ideas sobre cómo abordar un duelo de cara a menores en situación de orfandad.

Posteriormente se organizó la elaboración de las preguntas del cuestionario, las cuales tras recibir el visto bueno de las tutoras, se convirtieron en un cuestionario de *Google Forms* listo para lanzar.

Dicho cuestionario fue cumplimentado por tres personas que habían vivido una experiencia de orfandad en su infancia y con las que Victoria mantenía una relación de amistad. Además, se elaboró un anuncio donde se invitaba a colaborar en la investigación mediante la red social *instagram*. Finalmente, 8 personas que reunían las características necesarias para participar (ser adulto y haber pasado por una situación de orfandad en la infancia) accedieron a realizar la encuesta de manera anónima.

Tras finalizar el periodo de recogida de datos se transcribieron las respuestas a las preguntas.

Este Trabajo de Fin de Grado se ha enfocado en realizar un análisis cualitativo por categorías emergentes. Así, se generaron categorías que emergieron a partir de las preguntas del cuestionario (análisis deductivo). Este tipo de análisis trata de recoger en citas (frases recogidas en las respuestas del cuestionario), los sentimientos, ideas y opiniones de las personas participantes.

Tras la lectura en profundidad de la información recogida en cada una de las preguntas del cuestionario, siguiendo la estructura del cuestionario se decidió agrupar las citas en dos grandes bloques: La vivencia de la pérdida y características para una actuación psicológica que los acompañe.

A su vez, en cada bloque se generaron categorías que respondían a las preguntas realizadas. Seguidamente, se seleccionaron citas (frases literales) que iban siendo agrupadas en subcategorías en función de su contenido. Este proceso, se realizó mediante un acuerdo interjueces entre las investigadoras y las tutoras.

De este proceso de análisis surgen un total de 12 categorías cada una ellas con diferentes subcategorías que las definen y, que serán presentadas en el siguiente apartado de hallazgos.

3. Hallazgos

A continuación, se presentan las categorías extraídas del análisis de las respuestas del cuestionario. Se han agrupado en 2 apartados: el 3.1 que recoge las respuestas relacionadas con la *vivencia de la pérdida* y el 3.2 que recoge las respuestas relacionadas con las *características para una actuación psicológica* que acompañe a los niños y niñas que viven la pérdida de un progenitor.

En las tablas que se presentan se incluye la denominación de la categoría y las subcategorías que la componen, así como unas frases que ilustre cada subcategoría.

3.1. La vivencia de la pérdida

En este apartado se presentan 8 categorías obtenidas tras el análisis de la información. Estas hacen referencia a las figuras de apoyo tras la pérdida, cualidad del apoyo recibido, aspectos de la comunicación con los seres cercanos que valoran, aspectos de la comunicación sobre los seres cercanos que añoran, actividades para expresar los sentimientos, actividades para expresar los sentimientos, actividades realizadas para tener presente a la persona fallecida, estrategias utilizadas para afrontar las obligaciones e introspección y altruismo: acciones que ayudan a gestionar la pérdida.

a) Apoyos principales tras vivir la pérdida

La información recogida en la tabla 1 recoge los apoyos principales tras vivir la pérdida.

Apoyos principales tras vivir la pérdida	
Sub-categorías	Frases representativas

La otra figura maternal/paternal

	“Me ayudó mucho estando a mi lado, mi relación con ella a raíz de ahí fue mucho más estrecha quizás por miedo a perderla a ella también”
Hermanas	“Porque ambas estábamos pasando lo mismo”
Los tíos: nuevas figuras paternas	“Ha sido prácticamente mi figura paterna desde los 3 meses y quien estuvo cuidándola y acompañándola en el proceso de la enfermedad”
Los abuelos: nuevas figuras paternas	“El adoptó la figura paterna que había perdido”
Los amigos	“Estuvieron ahí para mí en todo momento independientemente de mi estado emocional”
Familia del progenitor superviviente	“Mi familia por parte de madre, porque era con quienes podía desahogarme”
Los Profesores	“La profesora de primaria que tenía en ese entonces”

Tabla 1: Apoyos principales tras vivir la pérdida

Las principales figuras de apoyo se han encontrado dentro del núcleo familiar más cercano al menor, estos han sido el progenitor superviviente, la familia de este progenitor y hermanas. Se menciona que en especial las figuras masculinas (abuelos y tíos) asumen el rol de padre, haciendo que no se eche en falta la presencia de un rol paterno. Otra de las fuentes de apoyo importantes durante el duelo son los amigos, permitiendo sentirse seguros fuera de la familia y así poder facilitar las relaciones sociales con los iguales. Otra fuente de apoyo externa al núcleo familiar fueron los profesores.

b) Calidad del apoyo recibido.

La información recogida en la tabla 2 muestra las cualidades que atribuyen al apoyo recibido.

Cualidad del apoyo recibido	
Subcategorías	Frases representativas
Desahogo	“Estuvo conmigo y me dejo llorar, desahogarme”
Contar anécdotas	“...me contó anécdotas de mi padre”
Hacer de figura paterna	“Ha sido prácticamente mi figura paterna desde los 3 meses...”
Tranquilidad	“...me transmitía cierta tranquilidad”
Compañía	“...sentía que no estaba solo” “...estuvo ahí para nosotros en todo momento...”
Vulnerabilidad	“...se mostró vulnerable cuando hizo falta”
Dar tiempo	“Valoro que me dejase mi tiempo”
Confianza	Ha confiado mucho en mi
Actitud positiva	‘Ha tenido una actitud muy positiva ante la vida a pesar de las pérdidas que hemos sufrido’ ‘ No se deja vencer por las adversidades’
Transparencia	‘Fue transparente y estuvo ahí para lo necesario’

Tabla 2: Calidad del apoyo recibido.

Los participantes informan que lo que más destaca de sus figuras de apoyo durante el duelo es que esa persona tenga la capacidad de transmitir tranquilidad al niño, además de mostrarse vulnerable sintiendo que sus emociones y sentimientos lo sienten otras

personas. Sentirse acompañados en la transición del duelo, que no están solos, que tienen a una persona donde pueden desahogarse y pueden pedirle que cuente anécdotas del progenitor fallecido porque así, sienten que están presentes. Importante permitirles tiempo para poder asimilar lo que está sucediendo. Por último, que esta figura represente su nueva figura paterna o materna, permitiéndoles que aunque hayan perdido a un familiar, sigan teniendo en sus vidas alguien en quien poder confiar mostrando una actitud positiva.

c) Aspectos de la comunicación con los seres cercanos que valoran.

La información recogida en la tabla 3 recoge la información de los aspectos positivos de la comunicación con esas figuras de apoyo.

Aspectos de la comunicación con los seres cercanos que valoran	
Sub-categorías	Frases representativas
Disponibilidad para conversar	“Hablabo mucho con mis hermanas, y mi madre estuvo siempre dándome cariño y tiempo” “ Mi persona cercana era mi madre y nunca eché en falta nada, la comunicación con ella siempre ha sido muy buena” “Fue muy buena por la parte familiar de mi madre”
Comprensión, compasión, empatía	“La comunicación con ella siempre ha sido muy buena, siempre ha sido muy comprensiva, compasiva y empática conmigo”
Cercanía	“Apreciaba la cercanía y el ofrecimiento continuo de ayuda de cualquier tipo” ”Apreciaba mucho el acercamiento que tenía mi familia, ya que ayudaba mucho a la hora de afrontar las cosas juntos.”

Interesarse por mí	“Apreciaba cómo me preguntaban mucho cómo me encontraba”
---------------------------	--

Tabla 3: Aspectos de la comunicación con los seres cercanos que valoran.

Los aspectos positivos de la comunicación con sus seres más cercanos fueron la comprensión, compasión y empatía que sentían hacia ellos. También valoran que podían comunicar cualquier aspecto con facilidad, además de ofrecerles disponibilidad para poder comunicarse en el momento que necesitasen conversar. También señalan, la cercanía y el interés continuo, con lo cual hacen sentir que se preocupan por ellos y son importantes para su familia.

d) Aspectos de la comunicación sobre los seres cercanos que añoran

La información recogida en la tabla 4 muestran los aspectos de la comunicación con los seres cercanos que añoraron.

Aspectos de la comunicación sobre los seres cercanos que añoran	
Sub-categorías	Frasas representativas
No expresión de emociones	“ En mi familia no solemos expresar mucho los sentimientos y todos intentamos ser fuertes por los demás” “Eché en falta poder desahogarme con ellos”
Ausencia de despedida	“Me gustaría haberme despedido”
Sobreprotección	“Yo era muy pequeña y me sobreprotegeron” “ No me gustaba que actuaran como si no hubiera pasado nada”

Falta de respuestas	“Empecé a hacer más preguntas sobre el por qué falleció pero nadie me lo explicaba”
----------------------------	---

Tabla 4: Aspectos de la comunicación con los seres cercanos que añoran.

Los aspectos de la comunicación que no obtuvieron y les hubiera gustado tener han sido, la no expresión de sentimientos o poder desahogarse con sus familiares de manera natural, también que sus familiares no le dejaran despedirse de él. La falta de respuestas ante la causa de su muerte o sus circunstancias es una preocupación considerable, derivando a la sobreprotección de los familiares supervivientes, donde algunos actuaban como si no hubiera pasado nada.

e) Actividades para expresar los sentimientos.

En la tabla 5 se recoge las respuestas referidas a sí emplearon alguna actividad para expresar tus sentimientos.

Actividades para expresar los sentimientos	
Sub-categorías	Frases representativas
Conversar	“Hablar con mis hermanas”
Transcribir los sentimientos	“A menudo solía escribir lo que sentía, las cosas que ya no íbamos a compartir y plasmaba recuerdos que guardo con cariño, luego quemaba el folio”
Plasmar con dibujos los sentimientos	“Mi madre me dijo que si quería hablar con él le lanzase dibujos en aviones de papel”
Expresar con movimientos corporales las emociones	“En esa época bailaba”

Tabla 5: Actividades para expresar los sentimientos.

Las actividades que realizaban para poder transmitir los sentimientos que sentían y no podían expresar con palabras era el arte, que lo utilizaban como un vehículo para poder transmitir sus sentimientos y poder conversar sobre ello. Así señalan que, dibujaban lo que querían contar a ese familiar. Otra actividad era escribir todas las emociones que estaban experimentando, momentos que surgían y no podían compartir con su progenitor, así como recuerdos vivenciales con la persona fallecida. Se mencionó el baile, donde se sentían cómodos expresando sus emociones mediante el cuerpo.

f) Introspección y altruismo: acciones que ayudan a la pérdida.

La información recogida en la tabla 6 recoge los factores protectores que ayudan a la pérdida.

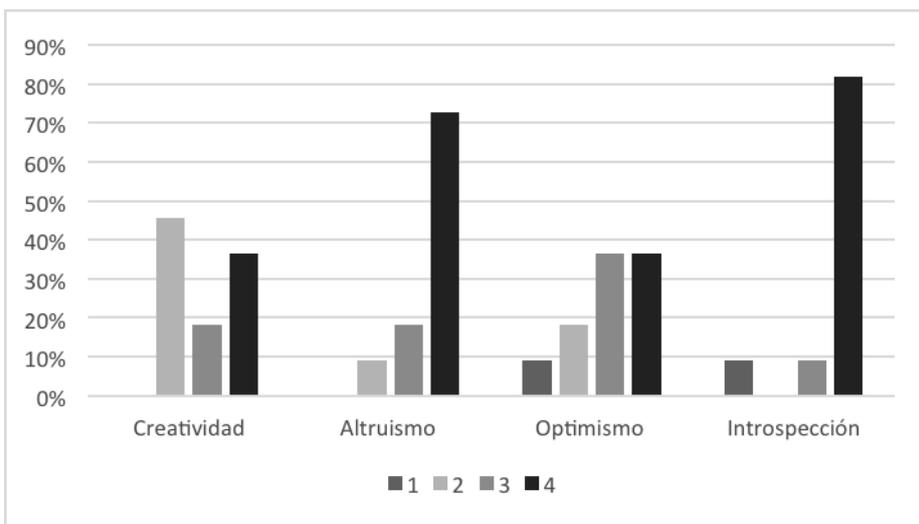


Tabla 6: Introspección y altruismo: acciones que ayudan a la pérdida.

Los factores protectores que más ayudaron en el proceso del duelo de un progenitor fallecido han sido la introspección y el altruismo.

g) Actividades realizadas para tener presente a la persona fallecida

La información recogida en la tabla 7 muestran las actividades realizadas para tener presente a la persona fallecida.

Actividades realizadas para tener presente a la persona fallecida	
Sub-categorías	Frases representativas
Hablar de la persona	“Contar anécdotas o historias que nos pasaban, o simplemente hablar con alguien de cómo era”
Escuchar canciones que recuerden a la persona fallecida	“Escucho canciones que me recuerdan a viajes con él o que él mismo me enseñó”
Recordar momentos	“Tratar de recordar mi infancia cada x tiempo para no olvidar, aunque a veces es inevitable, con los años”
Honrarle con mis logros	“Básicamente ser una persona de la cual se sintiera orgulloso” y “Dedicarle mis logros personales”
Tatuarme algo simbólico	“Hacerme un tatuaje de su flor favorita”
Hablarle	“Habló internamente como si me escuchara o acompañara”
Escribirle	“Escribirle y pensarle”

Tabla 7: Actividades realizadas para tener presente a la persona fallecida.

Las actividades realizadas para tener presente a la persona fallecida han sido hablar con otras personas de la persona fallecida y que el recuerdo de esa persona no se pierda, conversando sobre momentos que compartieron juntos. Por otro lado, escuchar canciones

que recuerdan a los momentos que compartieron con esa persona y poder revivirlos. Tatuarse la flor favorita de la persona para poder tenerla siempre presente, además de dedicarle todos los logros y para que se sienta orgulloso. Por último, escribirle como método de expresión porque pueden plasmar en el papel todo lo que sienten. Hablarle a la persona como si estuviera presente, fue un recurso que también se utilizó.

h) Estrategias utilizadas para afrontar las obligaciones

En la tabla 8 se muestra la información sobre las estrategias utilizadas para afrontar las obligaciones tras la pérdida.

Estrategias utilizadas para afrontar las obligaciones	
Sub-categorías	Frases representativas
Insistencia de los familiares	“La insistencia de mi madre en hacer de todo un poco”
Evitar pensar en lo ocurrido	“Evitar pensar en lo que había pasado”
Concentrarse en las tareas	“Concentrarme en los estudios para desconectar del resto” “Me centré mucho en mis obligaciones para evitar pensar en lo que había pasado”

Tabla 8: Estrategias utilizadas para afrontar las obligaciones.

Las estrategias que utilizaban para poder seguir con sus obligaciones (estudios, el día a día...) han sido concentrarse en las tareas para evitar pensar demasiado en el asunto y poder evadirse de lo que estaba ocurriendo. Se consideró la insistencia de los familiares como una estrategia que ayudó para que se siguiera estudiando y no abandonase sus obligaciones.

3.2. Características de una actuación psicológica que los acompañe.

En este apartado se recogen en 4 categorías las claves expresadas por los participantes para realizar una actuación psicológica en base a sus vivencias y lo que les sirvió o echaron en falta. Estas categorías se refieren a: cómo ayudar a menores que vivan la pérdida de un progenitor, aspectos donde centrar la intervención y el tipo y formato de dicha intervención.

a) Cómo ayudar a menores que vivan la pérdida de un progenitor.

La información de la tabla 9 recoge, en la opinión de los participantes, las claves para ayudar a los menores que tengan que pasar por una situación de orfandad.

Cómo ayudar a menores que vivan la pérdida de un progenitor	
Sub-categorías	Frases representativas
Dar desahogo	“Que lloren todo lo que necesiten” “Simplemente desahogar mis sentimientos” “Que no tengan miedo a mostrar lo que sienten” “Enseñándoles a expresar cómo se sienten” “Un lugar donde desahogarse”
Respetar tiempo	“ Sobre todo darles tiempo”
Cercanía	“ Lo que a mí más me reconfortaba momentáneamente, era la cercanía de las personas” “Estando siempre” “Que sientan que tienen en cuenta sus sentimientos”

Conversar

“Hablar es pura terapia y expresar” “Hablar de la situación sería lo más efectivo”
“Contarles lo que ha pasado” “Que se comuniquen con su familia o profesionales”
“Se debería de preguntar a los niños”
“Hablando sobre el tema” “ Hablar sobre la persona fallecida”

Normalizar

“Enseñar que el dolor no es malo ni se debe esconder” “No convertirlo en un tema tabú” “normalizandolo”

Dar perspectiva sobre la situación

“Considero importante el cambio de perspectiva”

Respeto y comprensión

“Que los niños no sientan que se les habla con pena sino con respeto y comprensión, ya que a mí era personalmente lo que más daño me hacía”

Observación familiar

“Cuál sería el trato de la familia, con el niño o la niña”

Tabla 9: Cómo ayudar a menores que vivan la pérdida de un progenitor.

Los participantes aportaron cómo ayudar a niños que pasen por la misma situación basándose en su perspectiva personal. Se han obtenido bastantes subcategorías, consistiendo estas en: dar desahogo dejándoles llorar, sin miedo a expresar cómo se sienten y que tengan un lugar seguro para hacerlo respetando su tiempo a su vez. Conversar con cercanía hablando de la situación, desenredando sentimientos, expresarse libremente normalizando la situación y otorgando perspectiva sobre ella. Se consideraron el respeto y la comprensión en dicha comunicación como algo importante para que los niños no sientan que “les tienen pena”.

b) Aspectos donde centrar la intervención psicoeducativa

La información recogida en la tabla 10 recoge los aspectos en los que centrar la intervención según el criterio de los participantes.

Aspectos donde centrar la intervención psicoeducativa	
Sub-categorías	Frases representativas
Individualización	“Depende un poco de la edad del niño/niña, y de la manera de fallecer que haya sufrido el ser querido.”
Periodicidad	“Que tenga alguien externo con quien hablar mínimo 2 veces a la semana,”
Escucha activa	“Escuchar al afectado, analizar y canalizar sus sentimientos”
Compañía	“Que sienta que no está solo”
Expresión	“Exteriorizar lo que piensa y siente” “Maneras de expresar sentimientos” “Que los niños consigan expresar lo que sienten”
Comunicación asertiva	“Comunicación asertiva”

Inclusión familiar	“Introducir también a la familia” “Deberían centrarla en toda la familia”
Gestión emocional	“Aprender a gestionar las emociones”
Un psicólogo desde el Tú a Tú	“Sin que esté el psicólogo haciendo de profesor, si no de tú a tú sin barreras”
Herramientas para el día a día	“Dándole herramientas para el día a día, enseñándolo a gestionar sus emociones.”
Terapias creativas	“Creo también que las terapias creativas son importantes”
Terapia psicológica gratuita	“Dando apoyo psicológico, la seguridad social debería estar al tanto” “Mi madre tuvo que buscar uno privado” “Acompañando psicológicamente al resto de la familia para que sepa cómo manejar el asunto con él, y acompañándolo a él también”

Tabla 10: Aspectos donde centrar la intervención psicoeducativa

A criterio de los participantes, los aspectos más relevantes donde centrar la intervención psicoeducativa con menores en situación de orfandad fueron varios. La individualización de cada caso y adaptándose a cada circunstancia es fundamental, así como la escucha activa durante todo el proceso permitiendo también la expresión de los sentimientos para exteriorizar todo lo que sienten durante esos momentos. Que el niño sienta esa compañía y conexión. El psicólogo debe ponerse al nivel de los niños para que se sienta comprendido y acompañado durante la intervención, enseñando herramientas que se puedan usar en el día a día para gestionar emociones. Se valoró también la periodicidad

de la terapia, la inclusión familiar para que se puedan tratar todos los puntos de vista y que el contenido de dichas terapias sea creativo y gratuito.

c) Formato

La información recogida en la tabla 11 recoge el tipo de formato (individual, grupal o familiar) considerada más adecuada.

Formato	
Sub-categorías	Frases representativas
Individual	“me habría encantado la verdad, me habría sentido mucho más comprendida y al final hablando de tus problemas, de lo que te preocupa, desahogándome y demás te quitas un peso de encima y te acabas sintiendo mejor”
Grupal con otros niños	“Me hubiese gustado realizarla en grupos de niños que estuvieran en mi situación. Son los que más pueden comprenderte en ese momento”
Familiar	“Me hubiera gustado participar, pero creo que habría que tratarlo de manera individual o con la familia”

Tabla 11: Formato

En general, la mayoría de participantes querrían haber participado en un programa de apoyo psicológico tanto individual, como familiar y grupal con otros niños que están pasando por la misma situación, aunque la mayoría de los participantes en la encuesta mencionaron que preferían una intervención individual. Recibiendo ayuda se hubieran

sentido mejor, para poder entender lo que les está sucediendo, desahogarse y sentirse comprendidos.

4. Conclusiones

Según UNICEF la orfandad infantil es un problema extenso, que es necesario abordar para garantizar el desarrollo adaptativo de los niños y niñas que tienen que vivir y afrontar la pérdida de una figura, tan importante en la infancia, como es la madre o el padre.

Desde esta visión se han ido desarrollando programas de intervención psicológica que tienen en cuenta una serie de factores personales y contextuales, con la intención de reducir las repercusiones negativas que esta vivencia podría desencadenar (Bachman, 2013) y poner en marcha los procesos resilientes propios de experiencias de adversidad (Grotberg, 2001).

En esta investigación se pretende aportar a estos estudios, las propias vivencias, experiencias vitales y opiniones de personas adultas que durante su infancia han pasado por una situación de orfandad, al considerar que pueden aportar matices a los programas e intervenciones psicoeducativas que se desarrollen.

Así y de acuerdo a los datos recogidos en el cuestionario realizado, se observan y distinguen las necesidades y potencialidades experimentadas por los adultos que han perdido a un progenitor en su infancia. En base a estos datos se aportan algunas ideas y propuestas que tener en cuenta en el acompañamiento psicoeducativo dirigido a menores en situación de orfandad.

De acuerdo a la experiencia y vivencia de la pérdida, las personas de los participantes se distinguen distintos aspectos a tener en cuenta.

Respecto a las figuras de apoyo, en su mayoría están referidas a los familiares convivientes, demostrando la importancia de la familia en la intervención. Por ello, se considera de gran utilidad una formación educativa emocional para estos familiares con el objetivo de otorgar un apoyo guiado y útil para los niños y niñas. Se recomienda realizar una intervención individual centrada en el o la menor acompañada de pautas a los

familiares convivientes, de acuerdo con los resultados obtenidos sobre los apoyos principales tras la pérdida: en su mayoría familiares. Las pautas a esas figuras familiares de apoyo podrían tener en cuenta contar anécdotas sobre la persona fallecida, brindar compañía, tener una actitud positiva, ser comprensivo, empático y cercano. Todo ello de acuerdo a aspectos que se valoraron positivamente por parte de los participantes respecto a comunicación y características del apoyo percibido.

De otro modo, se recomienda otorgar pautas educativas a la familia sobre la expresión de emociones, favorecer la despedida, limitar la sobreprotección y la habilidad para dar respuestas con sentido a las preguntas del menor. Los participantes consideraron que fueron aspectos de la comunicación con sus seres queridos que hubieran deseado mejorar.

Un aspecto a tener en cuenta es que entre las figuras de apoyo también se encuentran los amigos y amigas y el profesorado. De acuerdo al tiempo que los niños y niñas pasan en la escuela o con su círculo de amistad, sería muy beneficioso abrir la formación de apoyo familiar a estas figuras, ya que podrían ser el complemento a un acompañamiento exitoso.

Debido a que la introspección y el altruismo fueron los factores protectores más representativos a la hora de afrontar la pérdida, dentro de la propuesta de intervención se podría recomendar incluir actividades como mindfulness para favorecer dicha introspección y la canalización del mundo interior del niño o niña. Así mismo, se podría recomendar promover la participación en organizaciones no gubernamentales de cara a realizar actos altruistas guiados de acuerdo a Grotberg (2001), valorando siempre el contenido y frecuencia de los mismos según la edad del menor.

A criterio de los participantes en la intervención se debe primar la individualización de cada caso, establecer una periodicidad temporal coherente y la inclusión familiar con pautas que ayuden a la gestión del duelo en casa. En cuanto al contenido de la intervención psicoeducativa, las personas participantes aportan que sería de ayuda que estuviera centrado en la escucha activa y cercana por parte del terapeuta, junto a herramientas que puedan utilizar en el día a día para gestionar emociones. Se debe fomentar hablar de la persona fallecida para dar desahogo emocional, recordar momentos positivos vividos con él o ella y la redacción de cartas dirigidas a la persona, ya que fueron algunas de las

actividades que los participantes realizaron para tener presente a su padre o madre durante su vida, a pesar de la ausencia.

En los resultados del cuestionario se evidenció la preferencia de los participantes por terapias abordajes creativos donde se puedan expresar sentimientos mediante la escritura, la música, la danza y el dibujo. De acuerdo a estas preferencias se considera esencial la incorporación de terapia musical en la propuesta de intervención, dado que su eficacia está demostrada. Los dos estudios más exitosos realizados con menores en situación de orfandad resultaron ser intervenciones de musicoterapia (Hilliard, 2001; Dalton y Krout, 2005).

Como conclusión, las personas que han formado parte de esta investigación están de acuerdo en que un acompañamiento a los niños y niñas que se quedan huérfanos es, en todos los casos, beneficioso. Gracias a sus experiencias se pueden aportar matices a las propuestas que se han desarrollado desde la evidencia científica actual, esbozándose en este TFG aspectos a tener en cuenta en el acompañamiento los niños y niñas en situación de orfandad para potenciar su la calidad de vida.

Referencias

Otowa, T., York, T. P., Gardner, C. O., Kendler, K. S. y Hettema, J. M. (2014). The impact of childhood parental loss on risk for mood, anxiety and substance use disorders in a population-based sample of male twins. *Psychiatry Research*, 220, 404-409.

Recuperado en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2014.07.053>

Beegle, K., Weerdt, J. y Dercon, S., (2006). Orphanhood and the long-run impact on children. *American Agricultural Economics Association*, 5, 1266-1272. Recuperado en:

<https://doi.org/10.1111/j.1467-8276.2006.00943.x>

Unicef.(s.f). *Huérfanos*. Recuperado en: <https://www.unicef.org/es/hu%C3%A9rfanos>

Ellis, J. y Lloyd, M., (2008). Perspectives on the impact of early parent loss in adulthood in the UK: narratives provide the way forward. *European Journal of Cancer Care*, 17, 317-318. Recuperado en: <https://doi.org/10.1111/j.1365-2354.2008.00963.x>

Hilliard, R. E. (2001). The effects of music therapy-based bereavement groups on mood and behavior of grieving children: A pilot study. *Journal of Music Therapy*, 38, 291–306. Recuperado en:

https://www.researchgate.net/publication/11562881_The_Effects_of_Music_TherapyBased_Bereavement_Groups_on_Mood_and_Behavior_of_Grieving_Children_A_Pilot_Study

Dalton, T. A. y Krout, R. E. (2005). Development of the Grief Process Scale through music therapy song-writing with bereaved adolescents. *Arts in Psycho-therapy*, 32, 131–143. Recuperado en: <https://doi.org/10.1016/j.aip.2005.02.002>

David W. y Krueger, M.D. (1983). Childhood Parent Loss: Developmental Impact and Adult Psychopathology. *American Journal of Psychotherapy*, 37(4). Recuperado en: [10.1176/appi.psychotherapy.1983.37.4.582](https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.1983.37.4.582)

Grotberg, E. H. (2001). Nuevas tendencias en resiliencia. *Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas*, pp. 19-30. Paidós

Bachman, B. (2013). The development of a sustainable, community-supported children's bereavement camp. *Westport*, 67, 21-35. Doi: 10.2190/OM.67.1-2.c.

Kennedy C., McIntyre R., Worth A. y Hogg R. (2008). Supporting children and families facing the death of a parent: Part 1. *Int J Palliat Nurs*, 14, 16-28. Doi: 10.12968/ijpn.2008.14.4.29130

McClatchey, I.S. y Wimmer J.S. (2012). Healing components of a bereavement camp: Children and adolescents give voice to their experiences. *Westport*, 65, 11-32. Doi: 10.2190/OM.65.1.b.

Rosner R., Kruse J. y Hagl M. (2012). A meta-analysis of interventions for bereaved children and adolescents. *Death Studies*, 34, 99-136. Doi: 10.1080/07481180903492422.

Sandler, I., Wolchik S.A., Ayers, T. S., Tein, J.Y. y Luecken L. (2013). Family Bereavement Program (FBP) approach to promoting resilience following the death of a parent. *Fam Sci*, 4, 1-14. Doi: 10.1080/19424620.2013.821763.

Echeverría, G. (2005). *Análisis cualitativo por categorías*. Universidad Academia de Humanismo Cristiano. Escuela de Psicología.