

**UNIVERSIDAD NACIONAL
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA DE PSICOLOGÍA**

Tesis de Grado

Proceso de duelo en cuatro familias que han experimentado la pérdida de uno de sus miembros debido al suicidio, que residen en la Gran Área Metropolitana de Costa Rica desde un enfoque de Psicología Sistémica

Trabajo final de Graduación sometido a consideración del Tribunal Examinador para optar por el grado de Licenciatura en Psicología

Tutor: Carlos Alvarado Cantero

**Sustentantes: María José Hernández Vargas
Sofía Rojas Mejías**

Campus Omar Dengo, Heredia, Costa Rica

Marzo, 2022

Proceso psicológico de duelo en cuatro familias que han experimentado la pérdida de uno de sus miembros debido al suicidio, que residen en la Gran Área Metropolitana de Costa Rica desde un enfoque de Psicología de la Salud Sistémica

Sustentantes:

María José Hernández Vargas

Sofía Rojas Mejías

Trabajo final de Graduación sometido a consideración del Tribunal Examinador para optar por el grado de Licenciatura en Psicología. Cumple con los requisitos establecidos por el Reglamento de Trabajos Finales de Graduación de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional.

Heredia, Costa Rica

Miembros del tribunal examinador

.....
María del Milagro Castro Solano
Representante de la Facultad de Ciencias Sociales

.....
Ana León Saborío
Representante de la Dirección, Escuela de Psicología

.....
Carlos Alvarado Cantero
Tutor

.....
Jackie Geovanna Secades Méndez
Lectora

.....
Diego León Páez
Lector

.....
Sofía Rojas Mejías
Sustentante

.....
María José Hernández Vargas
Sustentante

Trabajo final de Graduación sometido a consideración del Tribunal Examinador para optar por el grado de Licenciatura en Psicología. Cumple con los requisitos establecidos por el Reglamento de Trabajos Finales de Graduación de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional

Resumen

El suicidio es un fenómeno global que con el paso de los años ha aumentado y se ha convertido en una problemática de salud pública, pese a esto, se descubrió una carencia de abordaje en las familias de las personas que mueren por esta causa. A raíz de dicha situación, se analizó en esta investigación el proceso de duelo familiar por suicidio desde una perspectiva de la Psicología Sistémica, estudiando las estructuras, el clima emocional, la percepción de las familias sobre la experiencia de la pérdida y los sentimientos asociados al proceso de duelo y su expresión a nivel familiar. Todo esto fue con base en el enfoque estructural debido al énfasis que da en cómo se relacionan los integrantes de la familia. Este estudio partió de artículos y trabajos de graduación planteados por las disciplinas de tanatología, antropología, medicina, psiquiatría y psicología.

La investigación fue de tipo cualitativa con un diseño hermenéutico, por lo tanto, se tuvo un acercamiento e interpretación en las experiencias del proceso de duelo familiar por suicidio en cuatro familias de la GAM. La metodología consistió en cuatro entrevistas semiestructuradas compuestas por preguntas circulares, donde se creó el genograma y los mapas relacionales de cada familia, por último, se realizó un grupo de discusión. Los sistemas con los que se trabajó presentaron límites difusos, rígidos y flexibles; además, pautas transaccionales de triadas, alianza, coaliciones, poca comunicación en la familia, rivalidad, violencia, de género, religión, rotación de funciones y aglomeración; asimismo, manifestaron pautas transgeneracionales de alcoholismo, conflictos en la comunicación, muerte por suicidio y secreto familiar.

Por lo tanto, el proceso de duelo de las familias estudiadas denotó que dicho sistema fue fundamental para sobrellevar la crisis que atravesaron porque de él obtuvieron auxilio, fortaleza y bienestar. Además, se destacó que los estigmas sociales influyeron en la expresividad de las emociones, que el suicidio sigue siendo un tema tabú, por ende, se estigmatiza a las familias sobrevivientes, pues, aún existe mucha desinformación sobre lo que este duelo implica y por este motivo, son invisibilizadas. Con el análisis de este trabajo, se establecieron una serie de recomendaciones dirigidas a la Universidad Nacional, al Colegio de Profesionales en Psicología, a las familias que atraviesan este tipo de muerte, Colegio de Periodistas y futuras investigaciones para que se trabaje de manera en conjunto sobre el desconocimiento de este tema y la falta de espacios para el abordaje con esta población.

Agradecimiento

En primer lugar, agradecer al académico Msc. Carlos Alvarado Cantero por su tiempo, paciencia y apoyo durante todo el proceso, brindando gran parte de su conocimiento en esta disciplina junto al académico Msc. Diego León Páez y la Lic. Jackie Secades Méndez, quienes con su experiencia y dominio en el tema aportaron aspectos esenciales para el desarrollo del trabajo, en especial por las complejidades que conllevó.

Del mismo modo, nuevamente agradecemos a Jackie Secades Méndez por darnos la oportunidad de contar con su grupo “Mi Nueva Aurora” para contactar a los(as) participantes de la tesis. Además, a la Lic. María Fernanda Carvajal Arce por su ayuda proporcionada con sus consejos, observaciones y por abrirnos las puertas en su grupo “Mar y Cielo” como un soporte en caso de presentarse una emergencia con algún(a) participante. Asimismo, a la académica Lic. Ana León por su apoyo brindado en caso de tener que contener emocionalmente a algún(a) participante.

Por otro lado, nos encontramos sumamente agradecidas con todos los(as) profesores(as) quienes nos formaron académicamente y brindaron los conocimientos profesionales adquiridos al día de hoy. De igual forma, nos enseñaron a amar y ejercer la psicología con un gran honor y ética.

Finalmente, pero no menos importantes, a todas las familias participantes de esta tesis, quienes fueron la pieza fundamental para lograr los objetivos con los que se construyó el trabajo y la razón por la que realmente se creó la iniciativa de investigar este tópico y a su población. Asimismo, agradecer el tiempo dedicado y el esfuerzo, colaboración, solidaridad, empatía y cariño con el que compartieron sus sentimientos e historias que recibimos con mucha gratitud, las cuales hicieron posible la conclusión de la tesis y de las que somos conscientes que no son sencillas de compartir, pero, sabemos que decidieron participar como forma de honrar a sus seres queridos, quienes vuelan alto con sus alas y tienen una familia que los amará por siempre.

Dedicatoria

Esta tesis está dedicada principalmente a mi madre Olga quien ha sido un pilar para alcanzar la fortaleza que me ha permitido seguir adelante cada vez que lo he necesitado y la luz del camino cuando todo se torna oscuro; también por formar parte de los momentos más felices de mis estudios y mi vida, y en especial por ser la razón de lo que soy actualmente y estar a mi lado incondicionalmente desde el inicio de la carrera hasta el final.

A mi familia: David, Diana, Cristy, Jony, Jeffry y Marta, quienes han estado en mis logros, me han impulsado a perseguir mis sueños, me ayudan diariamente a tener la motivación que he requerido para construir mi futuro y me alegran constantemente la vida. Asimismo, como parte de mi familia a Teo, mi leal compañero que siempre me acompaña, incluso a altas horas de la noche mientras trabajo y que día a día me brinda calidez y bienestar con su existencia.

Finalmente, a mis amigas(os) por apoyarme, por el cariño, la paciencia, los consejos, el consuelo, las risas y lágrimas que me han dado por muchos años y que han sido importantes para sobrellevar las difíciles etapas que he atravesado.

Con inmensa gratitud y amor

Sofía Rojas Mejías

Dedicatoria

Esta tesis la dedicó especialmente a mis padres Margarita y Oscar Román que siempre han estado para mí, me han dado lo mejor y más, me han apoyado en cada paso que he dado, han sido mis personas de luz, que en este largo camino me han soportado con mis cambios de humor y todo lo que ha conllevado porque siempre han estado ahí brindándome un amor infinito y gracias a ellos soy lo que soy hoy en día. Del mismo modo, a mis pequeños grandes amores Koby y Tigger, que fueron mi compañía de trabajo día con día y madrugadas, que llenan mi vida de felicidad, lengüetazos y amor.

Asimismo, esta tesis la dedico a mi pequeño rayito de luz Emilia, que llegó a mi vida a brindarme amor del más puro y cariño que tan solo siendo una bebé me lleno de calidez, me dio fuerza para seguir adelante a pesar de las adversidades o situaciones difíciles que podría estar atravesando emocionalmente.

Por último, a mi compañera de tesis Sofía que sin ella no hubiera logrado finalizar este camino que se ha encontrado lleno de altos y bajos, que a pesar de las circunstancias agradables o no siempre estuvo ahí, manteniendo la calma y con sensatez cualidad que la caracteriza. También, a mis amigos(as) que han sido mi red de apoyo y siempre han estado ahí para darme ánimos y aliento a no rendirme a seguir adelante, que me han brindado su mano cuando lo he necesitado, que han estado incondicionalmente ahí para mí en los tiempos de alegría y de tristeza también.

A todos, muchas gracias

María José Hernández Vargas

Índice

| | |
|--|-----|
| Resumen | 1 |
| Agradecimiento | 2 |
| Dedicatoria | 3 |
| Dedicatoria | 4 |
| Índice | 5 |
| Introducción | 7 |
| Capítulo I: El problema y su importancia | 11 |
| 1.1 Antecedentes | 11 |
| 1.2 Justificación | 15 |
| 1.3 Presentación de problema de investigación | 23 |
| 1.4. Objetivos | 26 |
| 1.4.1. Objetivo General | 26 |
| 1.4.2. Objetivos Específicos | 26 |
| Capítulo II: Marco Teórico | 26 |
| 2.1 Marco referencial | 26 |
| 2.1.1. Enfoque Sistémico | 26 |
| 2.2. Marco teórico | 30 |
| 2.2.1. Familia, estructura e historia familiar | 30 |
| 2.2.2. Suicidio en la familia | 36 |
| 2.2.3. Proceso de duelo familiar | 39 |
| 2.2.4. Duelo familiar por suicidio, sus emociones y el estigma social | 46 |
| Capítulo III: Metodología | 52 |
| 3.1. Descripción del enfoque y diseño de investigación | 52 |
| 3.2 Procedimientos para la selección de participantes | 54 |
| 3.3. Técnicas de recolección de datos o información | 59 |
| 3.4 Técnicas para la sistematización y análisis de la información | 61 |
| 3.5 Procedimientos para el desarrollo de la investigación | 63 |
| 3.6 Criterios para garantizar la calidad de la información | 65 |
| 3.7 Consideraciones éticas para la protección de los(as) participantes de la investigación | 66 |
| Capítulo IV: Análisis e Interpretación de los datos | 69 |
| 4.1 Estructuras familiares | 70 |
| 4.1.1. Jerarquía | 79 |
| 4.1.2. Subsistemas y roles familiares | 79 |
| 4.1.3. Límites | 84 |
| 4.1.4. Vínculos familiares | 86 |
| 4.1.5. Pautas transaccionales | 97 |
| 4.1.6. Repetición de pautas que se pueden dar a través de las generaciones | 100 |

| | |
|--|------------|
| 4.1.8. Clima emocional | 101 |
| 4.2. Percepción compartida de la pérdida en la familia | 104 |
| 4.2.2. Factores a lo interno de las familias que influyeron en el proceso de duelo | 111 |
| 4.2.3. Creencias sociales de los padres | 118 |
| 4.2.4. Responsabilización a terceros del acto | 120 |
| 4.2.5. Familias con un fantasma | 122 |
| 4.2.6. Elementos de transformación en las familias a partir de la pérdida | 124 |
| 4.2.7. Aprendizajes de las familias a raíz de la pérdida | 128 |
| 4.2.8. Implicaciones de la sobrevivencia de un suicidio | 131 |
| 4.2.9. Impacto de los grupos de apoyo para sobrevivientes | 140 |
| 4.3. Sentimientos asociados al proceso de duelo y la posibilidad de expresión | 143 |
| 4.3.1. Estados emocionales en el proceso de duelo | 143 |
| 4.3.2. Preguntas en el proceso de duelo por suicidio | 145 |
| 4.3.3. Posibilidad de expresión de los sentimientos en cada familia presentados en el proceso de duelo | 147 |
| 4.3.4. Vergüenza | 149 |
| 4.3.6. Culpa | 152 |
| 4.3.7. Admiración | 156 |
| 4.3.8. Temor | 158 |
| 4.3.10. Gratitud | 162 |
| 4.3.11. Ira | 164 |
| 4.3.12. Perdón | 166 |
| 4.3.13. Alivio | 169 |
| 4.3.14. Mandatos sociales en la expresividad de las emociones | 171 |
| Capítulo V: Conclusiones y Recomendaciones | 173 |
| 5.1. Conclusiones | 173 |
| 5.2. Recomendaciones | 177 |
| Bibliografía | 182 |
| Anexos | 197 |
| Anexo 1: Consentimiento Informado | 198 |
| Anexo 2: Asentimiento informado para menores de edad que participen en esta Investigación | 203 |
| Anexo 3: Instrumento | 208 |

Introducción

El suicidio es un fenómeno que se da con mayor presencia en la actualidad tanto a nivel nacional como internacionalmente, para el 2020 de acuerdo con datos preliminares del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC, 2021) 356 personas consumaron un suicidio, situación que trae consigo a muchas personas afectadas por la pérdida. Por su parte, la familia según Gonzáles (2007) se caracteriza por la conducta de los miembros, ya que, esta es una red de comunicaciones donde todos(as) intervienen y a su vez se afectan por lo que sucede en el propio sistema, circunstancia reflejada con el suicidio, a raíz de, que la familia como unidad también sufre cambios cuando se encuentran ante una crisis. Por lo tanto, por la falta de investigación y abordaje que se encontró con el proceso de duelo por suicidio que viven las familias en Costa Rica, se halló la necesidad de desarrollar este estudio, el cual espera atender al llamado que hace el Colegio de Profesionales en Psicología de Costa Rica (CPPCR, 21 de noviembre, 2020) de generar consciencia en la población sobre los sobrevivientes¹ de un suicidio, no obstante, no se puede educar a la población en esta temática sin investigaciones previas que brinden pruebas contundentes sobre lo que afecta a las familias de nuestro país.

Por ello, para generar las bases de este estudio fue fundamental revisar diferentes estudios que se han generado sobre este tema, de los que en tanatología se enfocaron en aspectos importantes que se dan en el duelo y el dolor que este implica. En antropología se abordó la dificultad que conlleva el duelo, las asociaciones que se hacen para enfrentar el impacto que trae el proceso y se criticó la existencia de estudios con carencia de programas sociales para la atención de las demandas emocionales de los sobrevivientes. En medicina se centró en los problemas biológicos que el duelo trae consigo en las personas y se enfocó en que el suicidio pone en cuestión la funcionalidad de la estructura familiar por posibles dificultades para elaborar el duelo. En psiquiatría se plantearon diferentes instrumentos para tratar este tema, focalizándose en conocer las experiencias de los(as) sobrevivientes de suicidio. En cuanto al área de Psicología hubo diferentes líneas de trabajo, la primera involucró los cambios, necesidades, conductas, dinámicas, exigencias, entre otros movimientos que se dan dentro de las familias que viven una pérdida por suicidio; la segunda línea planteó elementos del duelo, características y la diferencia entre los tipos que existen de este; la tercera línea abordó al

¹ “Personas que quedan profundamente afectadas tras el suicidio consumado de una persona con la cual compartían un vínculo afectivo” (Colegio de Profesionales en Psicología en Costa Rica, 21 de noviembre, 2020, párr.1).

suicidio como tal, los mitos alrededor de este, las acciones que se han ejecutado en cuanto a este tema y el deseo de las personas sobrevivientes por ayudar a otras personas que viven lo mismo. Por otro lado, a nivel nacional solamente se encontró una tesis de psicología que aborda la crisis atravesada en las familias que viven una muerte por suicidio, con el fin de implementar una guía psicoeducativa para estos sistemas. Por último, las investigaciones halladas con metodología hermenéutica presentan las consecuencias que trae el fallecimiento tanto individual como familiar y los cambios que se deben dar en estos dos niveles.

En consecuencia, de todos estos estudios encontrados se identificó que la mayoría no tuvieron un acercamiento con la población, puesto que, gran parte de estos fueron revisiones bibliográficas. Además, se notó una escasez de trabajos en nuestro país que aborden el duelo familiar por suicidio desde sus propias historias, en el cual desde la posición de Gómez (2017) se debe dar una reconstrucción de los roles y una adaptación a las nuevas funciones, trayendo una crisis a la familia al sumergirla en un sistema defensivo para recuperar el papel perdido y superar la etapa de conflicto que se manifiesta con quién atentó contra su vida y que los coloca ante una vulnerabilidad grupal, situación que fue el eje central de esta investigación.

Así pues, desde la psicología es importante generar estudios donde se aborde la aflicción que atraviesan las personas al sufrir una pérdida, incluso desde la psicología sistémica, debido a los cambios que se dan en las estructuras familiares a partir de la pérdida, ya que, los sistemas ante este evento deben instaurar una nueva homeostasis. Ahora bien, este estudio ha sido innovador no solamente a nivel nacional por la carencia de estudios sobre este tópico, sino que para la Escuela de Psicología de la Universidad Nacional puede significar un aporte importante en aspectos investigativos, a raíz de que, pueden surgir líneas de acción y conocimiento sobre la temática para que esta sea abordada en los diferentes cursos impartidos en la escuela y especialmente en el área de psicología sistémica.

Así, este estudio se centró en la siguiente pregunta de investigación: ¿Cómo se desarrolla el proceso de duelo en cuatro familias que han experimentado la pérdida de uno de sus miembros debido al suicidio, que residen en la Gran Área Metropolitana (GAM) de Costa Rica desde un enfoque de Psicología Sistémica?, pero, para responder dicha pregunta se necesitó de teoría que guiara el trabajo. Por lo que, primeramente, se explicó el enfoque sistémico que se delimitó en la teoría del modelo estructural propuesto por Minuchin, porque este aborda la estructura familiar y cómo a partir de esta existe una funcionalidad o disfuncionalidad en las relaciones que se dan dentro de ella. En dicha estructura están implicadas las jerarquías y sus aristas, subsistemas, dinámicas, límites y de estos surge el

funcionamiento familiar. Igualmente, se planteó que cada sistema posee una historia la cual parte de las experiencias vividas que favorecen la identidad dentro de este, elemento fundamental en dicho estudio para ubicar al suicidio en la historia de cada una de las familias participantes, para comprender de forma integral lo que el evento implicó y el proceso de duelo que cada sistema ha experimentado.

Luego, se abordó lo que significa el suicidio en la familia y las complejidades que este puede traer, con el que se presenta un duelo familiar en el cual se envuelve las afectaciones a nivel individual. Asimismo, cada sistema tiene respuestas ante dicha eventualidad, ya sean de adaptabilidad o desadaptabilidad, mientras transcurren las diferentes etapas del duelo las cuales no tienen un orden homogéneo de presentarse. Posteriormente, fue importante entender el duelo familiar por suicidio, que se encuentra implicado por diferentes factores que pueden complicar el proceso, a causa de que, están involucradas las emociones que se manifiestan ante una pérdida pero que en este tipo de duelo se dan con mayor intensidad y profundidad, además surgen nuevos sentimientos por el tipo de muerte.

Igualmente, en este proceso hay pensamientos que no permiten que los(as) afligidos(as) puedan ver con claridad lo que están atravesando, conllevando un conjunto de emociones e interrogantes que pueden perjudicar el estado emocional. A todo este proceso complejo de dilucidar, se le añaden los estigmas sociales que hay alrededor del suicidio y la doble carga en la expresión de los sentimientos, puesto que, se encuentra regida bajo normas sociales que se han estipulado a lo largo de los años a las personas, lo cual, no permite que las familias afectadas puedan desahogarse libremente. De modo que, todos estos elementos fueron esenciales para comprender el proceso de duelo por suicidio que vivieron las familias participantes en sus núcleos, las implicaciones y el reacomodo que se dio en cada una.

Por último, la metodología de este estudio fue cualitativa hermenéutica, en vista de que, como Arráez, Calles y Moreno (2006) indican, esta se acentúa en la reflexión de describir y aclarar la experiencia tal y como es vivida, incluyendo el contenido, la dinámica de la persona o grupo estudiado y sus repercusiones, con lo cual se buscó la interpretación de los hechos vividos por los(as) participantes, información que posteriormente fue triangulada. Para ello, se contó con la participación de cuatro familias de la GAM, las cuales han formado parte del grupo Mi Nueva Aurora, dando un total de once participantes. Las mismas fueron seleccionadas según los criterios de inclusión y exclusión desarrollados a partir de las características de selección planteadas por León y Montero (2003) quienes mencionan que son la representatividad, idoneidad y accesibilidad.

Las técnicas que se utilizaron fueron entrevistas que incluyeron preguntas circulares, en las que se realizaron el genograma y mapa relacional de cada familia y para finalizar se efectuó un grupo de discusión el cual tuvo como fin contraponer la información recolectada de los sistemas y así encontrar puntos de convergencia en cuanto al proceso que atravesaron cada una de ellas. Ahora bien, para la sistematización de toda la información recolectada fue necesaria la creación de categorías de análisis las cuales se basaron en los objetivos específicos de la investigación, clasificando los datos obtenidos, de donde parte la triangulación de esta con la teoría y la interpretación de las investigadoras, para generar un análisis integral de lo que cada familia ha vivido en el proceso. Esta se utilizó para garantizar la calidad de la información, la cual se dividió en: triangulación de datos temporales la cual implica la consistencia de los mismos, la triangulación de datos personal que consistió en trabajar con varias personas que hayan experimentado lo mismo y por último la triangulación de investigadores que fue para eliminar el sesgo de la percepción que una sola persona puede brindar al momento de la recolectar la información.

Como punto final para esta investigación, fue primordial tomar en cuenta diferentes consideraciones éticas, debido a que, el tema abordado es complejo y debió ser tratado de manera delicada y empática por todo lo que este implicó y las consecuencias que pudo traer en las personas ser manejado desde una posición indiferente y despreocupada.

Capítulo I: El problema y su importancia

1.1 Antecedentes

En esta investigación se analizó el duelo por suicidio y sus implicaciones, así que se buscaron antecedentes con los que se pretendió mostrar el estado del tema a desarrollar. Estos permitieron posicionar la investigación desde distintas perspectivas para tener una visión más amplia sobre la realidad. De modo que, se basó en artículos y trabajos de graduación planteados desde varias disciplinas como tanatología, antropología, medicina y psiquiatría. En el área de psicología se realizó una diferenciación de tendencias a trabajar; sin embargo, a nivel nacional solamente se incluyó una tesis, debido a que, es el único documento encontrado relacionado con el duelo familiar por suicidio.

Los diferentes criterios de búsqueda para esta investigación fueron los siguientes: duelo, duelo por suicidio, duelo complicado, duelo y la familia, duelo vivido por las familias, duelo familiar por causa de suicidio, duelo por muerte de suicidio, duelo familiar desde una perspectiva sistémica, duelo familiar desde la psicología de la salud, duelo por suicidio desde la hermenéutica, estudio de familias desde la hermenéutica, trabajo con familias desde la hermenéutica y duelo familiar desde la hermenéutica.

Desde la Tanatología los antecedentes encontrados fueron de Díaz (2012); y Carrillo y Rodríguez (2014) donde se brindan aspectos importantes sobre el duelo, como: diferentes definiciones, tipos, etapas, manifestaciones, determinantes, los factores que influyen en la respuesta al mismo, pasos para adaptarse, el pronóstico de duelo complicado, y el significado del dolor y la pérdida.

Desde la Antropología se halló a Rincón (2018); y Jaso (2019) quienes abordan la escasa producción historiográfica de esta carrera sobre el tema debido a la dificultad que representa el mismo, además, explican prácticas impulsadas por personas afectadas por el suicidio de familiares y la formación de asociaciones para hacer frente al impacto de esta situación, sin embargo, se hace una crítica sobre la existencia de los estudios meramente bibliográficos de la rama de la psicología y tanatología sobre cómo superar los duelos de cualquier tipo de muerte, con lo que, consideran que hay una necesidad urgente de crear mayores programas sociales que atiendan las demandas emocionales en los sobrevivientes de suicidio en esta población.

En el campo de la Medicina, Spillane, Larkin, Corcoran, Metvienko y Arensman

(2017); Bolton, Au, Leslie, Martens, Enns, Roos, Katz, Wilcox, Erlangsen, Chateau, Walld, Spiwak, Seguin, Shear y Sareen (2012); Lobb, Kristjanson, Aoun y Monterosso (2010); y Pedroza (2020) proponen temas como el impacto físico y emocional, presentan tasas de depresión y ansiedad en personas con alguna pérdida por suicidio, también dan definiciones de duelo, suicidio, manejo del duelo, teoría del apego, síntomas del duelo, trauma e igualmente se dice que la muerte por sí misma introduce un desequilibrio en los sistemas familiares, no obstante, un suicidio pone en cuestión la funcionalidad de la estructura familiar incrementando el riesgo de tener dificultades para elaborar el duelo y cómo el apoyo social después de la muerte tiene un papel fundamental.

Desde la Psiquiatría Young, Iglewicz, Danielle, Lanoutte, Seay, Ilapakurti y Zisook, (2012); Scocco, Castriotta, Toffo y Preti (2012); Sweet, Madowitz y Zisook (2010); y Wojtkowiak, Wild y Migger (2011) trabajan el tema desde validación de nuevas herramientas de evaluación, uso de guías de tratamiento, aplicación de cuestionarios y experiencias de los(as) sobrevivientes del suicidio.

En el área de Psicología se encontraron antecedentes que apuntan a distintas tendencias con respecto al tema:

Primeramente, Munera (2013); Antón (2019); Campos, Holden y Santos (2017); Delgado (2019); Benítez (2017); Chakraborty y Halder (2018); Cerel, Jordan y Duberstein (2008); García, Grau e Infante (2013); Salcedo y Suarez (2020); y Flores, Ruiz y Cadena (2020) plantean una serie de cambios que se dan dentro de las familias luego de una pérdida por suicidio, debido a que, al ser una muerte inesperada intensifica los procesos psíquicos. Además, hablan sobre los signos, síntomas, sentimientos y efectos del proceso, la recuperación, las necesidades, conductas, dinámicas, exigencias y características presentes en estas familias; asimismo, cuál es el impacto, desequilibrio emocional, proceso de duelo que viven estas familias dependiendo del momento evolutivo en el que se encuentran y aspectos como la angustia y el riesgo de consumir otro suicidio.

Por su parte, autores como Aranda (2017); Gómez (2017); Domínguez (2018); y García y Pérez (2012) se han centrado en el duelo, en las diferentes etapas, los tipos y las principales características. Asimismo, definen una diferencia entre el duelo de cualquier tipo de muerte al duelo por suicidio y cómo lo viven las personas tanto de manera individual como familiar explicado desde dicha agrupación. Igualmente dan una diferenciación entre duelo adecuado, alterado y patológico; finalmente plantean diversas intervenciones para trabajar los distintos duelos planteados.

Se encontraron artículos de Dyregrov, Dieserud, Hjelmeland, Straiton, Lyberg, Knizek y Leenaar (2011); Urdanivia (2019); Torres (2020); y Soro (2019) en los cuales se da un concepto del suicidio, la epidemiología, los mitos, programas de intervención existentes y como estos son una herramienta facilitadora para las personas sobrevivientes de suicidio; además, uno de estos estudios consistió en el abordaje de nueve sesiones en las que se trabajó el duelo normal y adaptativo, el duelo por suicidio y el duelo patológico o complicado, con participantes mayores de 18 años que se encontraran en el proceso de duelo por suicidio. También, explicaron cómo estas personas presentan un deseo por participar en estas investigaciones a pesar de que el tema es delicado, ya que, consideran que así podrán hablar sobre lo que vivieron con personas dispuestas a escuchar sus historias y así ayudar a otras personas, esto las reconforta porque muchas veces no cuentan con este apoyo de los demás.

A nivel nacional en psicología, se encontró solamente una tesis que plantea el duelo familiar por suicidio, de Carvajal y Moreno (2016) quienes trabajaron en una revisión teórica de investigaciones relacionadas con la crisis familiar ante el duelo por suicidio a fin de proponer una guía psicoeducativa que apoye el desarrollo de recursos de afrontamiento para las familias.

Por último, se hallaron documentos en los que se abordó el tema del suicidio y el duelo en familias empleando una metodología hermenéutica, utilizada por autores como: Pabón (2019); Chaverra, Mejía, Figueroa, Álvarez y Noreña (2019); Arroyo y Gadea (2015); Contrera (2010); Díaz, Molina y Marín (2015); Franco (2015); Pérez y Garciano (2016); Erazo y Acosta (2018); y Carmona y Bracho (2008) desarrollaron los temas desde el proceso de duelo, las estrategias de afrontamiento en situación de duelo, promovieron la apertura de espacios para la visualización de la problemática, las consecuencias de la pérdida para el sobreviviente y exploraron las relaciones familiares con los diferentes roles que tienen. Asimismo, se analizaron las experiencias de pérdidas como sus reacciones y respuestas psicológicas, manifestaciones comportamentales, pensamientos; se interpretó la muerte desde la perspectiva familiar en busca de múltiples perspectivas, su esencia, estructura y la constitución de significados. Finalmente, procuraron comprender los cambios abruptos que las familias reflejaron en sus dinámicas, las narrativas que movilizan el proceso de duelo y plantearon una intervención para esta crisis familiar.

Con estos estudios se entendió que, la pérdida de un miembro familiar por suicidio generalmente se analiza desde la forma que es vivido el duelo donde se incluyen los sentimientos, conductas, características del proceso, la reestructuración familiar, el impacto que ocasiona a nivel fisiológico y psicológico, destacando que cada familia atraviesa estos procesos

de manera particular. Además, los distintos autores proponen el duelo en general, las etapas, la diferenciación entre el duelo por cualquier tipo de muerte y el duelo por causa de suicidio el cual trae consigo un impacto con distintos elementos que se pueden convertir en características desadaptativas y efectos negativos que traen al seno familiar. También, mostraron posibles intervenciones, los instrumentos de aplicación para el trabajo de duelo con las familias, el funcionamiento de los grupos de apoyo y la necesidad investigativa sobre este tema.

En cuanto a las diferentes metodologías utilizadas, dieciséis son revisiones bibliográficas, cuatro cuantitativas, un diseño mixto, un programa de prevención y seis con diseño cualitativo con diferentes enfoques, como: el análisis sistémico narrativo, diseño observacional, etnográficos y diseño descriptivo. Cabe destacar que nueve de los diferentes antecedentes fueron realizados desde la hermenéutica para el análisis de muertes familiares.

Ahora bien, según los antecedentes encontrados, se llegó a la conclusión que el duelo que deben sobrellevar estas familias es una situación compleja de atravesar, debido a los diferentes elementos que se viven en este proceso de duelo tan particular. Como se explicó anteriormente existen diferentes estudios que han abordado la temática desde distintas perspectivas, no obstante, las mismas son a nivel internacional. Por su parte, en Costa Rica no existe ninguna investigación que aborde a las familias sobrevivientes por suicidio desde un enfoque estructural, solamente hay una tesis que plantea el tema desde una revisión teórica relacionada con la crisis familiar ante el duelo por suicidio con el fin de proponer una guía psicoeducativa que apoye el desarrollo de recursos de afrontamiento. Esto dejó en evidencia una carencia de indagación sobre el duelo familiar por suicidio desde el enfoque estructural.

Por lo que, se trabajó esta tesis desde la psicología sistémica con un enfoque estructural y una metodología de tipo hermenéutica con la cual ofreció un complemento a las investigaciones ya realizadas a lo largo del tiempo sobre la temática, en distintas partes del mundo y específicamente a nivel nacional. Cabe rescatar que, desde la psicología sistémica, en los documentos revisados solamente se encontró uno que es abordado desde el modelo narrativo, pero los demás estudios hallados son planteados desde revisiones bibliográficas y estudios descriptivos, pese a que muchos de estos abordaron a las familias. Sin embargo, se consideró que el enfoque sistémico es de suma importancia para trabajar con esta población, debido a que, la unidad de análisis de este enfoque es el sistema y no la persona de forma individual. Cuando se presenta un duelo familiar el sistema entra en un estado de crisis y se debe dar una adaptación a la nueva realidad, trayendo como resultado que dentro de estas se produzcan dinámicas de cambio, manifestándose esto con mayor énfasis cuando la muerte es

producto de un suicidio, porque, se carga con un mayor peso psicológico. Con esto, las familias deben poner en marcha los mecanismos de autorregulación, sumando que, lo que suceda en cada integrante repercute a nivel familiar en general y viceversa, así, se consideró pertinente analizar dichos cambios desde esta mirada y no de forma individual, puesto que, se caracteriza por ser más integral.

1.2 Justificación

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019) el suicidio es un fenómeno global que afecta a todas las regiones del mundo como un grave problema de salud pública, pero se reconoce que puede ser tratado mediante intervenciones oportunas, basadas en datos fidedignos. Por esto, dicha problemática debería ser abordada por los diferentes profesionales del campo de salud, ya que, son quienes se encuentran preparados académicamente para trabajar problemáticas delicadas como esta, fenómeno que día con día cobra muchas vidas en gran cantidad de países y, por ende, debe trabajarse de manera integral con las herramientas y experiencia de los(as) profesionales.

En distintos países a nivel mundial los casos de personas que consuman el suicidio han ido en aumento, de acuerdo con datos de la OMS (2019) se plantea que “más de 800 000 personas se suicidan cada año, lo que representa una muerte cada 40 segundos, dejando al suicidio como la segunda causa principal de defunción en el grupo etario de 15 a 29 años” (parr. 1). La OMS y la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2017) indican que “por cada muerte por suicidio se estima que hay 20 intentos” (parr. 3) y es por estas cifras que se estima que 14.4 millones de personas podrían encontrarse íntimamente afectadas debido al duelo por suicidio cada año (Hanschmidt, Lehnig, Riedel y Kersting, 2016).

En cuanto a Centroamérica se encontraron cifras alarmantes con respecto a este fenómeno, la OPS y OMS (2014) exponen que, cerca de 65.000 personas se quitan la vida al año, con una tasa de suicidio de 7.3 por cada 100.000 habitantes, dando esto como resultado más de 7 personas que se suicidan por cada hora. Como lo hace notar Mora (10 septiembre, 2019) el suicidio es una causa de muerte que tanto a nivel mundial como en Costa Rica ha ido en aumento, pues, según datos del INEC la tasa de suicidio ha aumentado en 19 años. En nuestro país el INEC (2021) aclara que, para el 2017 se consumaron 317 suicidios, teniendo un alza para el 2018 con 397, en el 2019 fueron 382 casos y para el 2020 según los datos preliminares se presentaron 356 defunciones por este tipo de muerte.

Figura 1
Suicidios en Costa Rica por provincia 2019.



Fuente: Elaboración propia con datos del INEC (2019)

Como se demostró anteriormente en la Figura 1, el INEC (2019) indica que, para el 2019 fueron consumados un total de 382 casos de suicidios representados por provincias, de los cuales en San José se presentaron 125 sucesos, en Alajuela 74, en Puntarenas 43, en Heredia 39, Cartago 38, en Guanacaste 35 y en Limón 28. Este fue el último año en el que el INEC publicó un registro oficial de casos divididos por provincias, los cuales permiten esclarecer una cantidad considerable de suicidios que se dan año con año y que es una realidad en Costa Rica con la cual se debe combatir y que alude a la cantidad de familias que atraviesan este tipo de pérdida, dando motivos razonables para elevar su importancia en instituciones de salud para dirigir la mirada hacia esta población.

Así pues, en Costa Rica se evidencian numerosos casos de suicidio que pueden traer como resultados familiares dolientes y consigo un desequilibrio emocional provocado por la pérdida de un familiar que acabó con su vida. Las cifras anteriormente mostradas permitieron

dimensionar la cantidad de personas que atentan contra sus vidas, problemática que repercute con daños emocionales en las familias y es investigada en diferentes países en donde han elaborado documentos que se han tomado como antecedentes de esta investigación.

Debido al aumento en las tasas de suicidio en nuestro país, se han impulsado campañas y proyectos en torno a la prevención del mismo: el Ministerio de Educación Pública (MEP, 2018) publicó un protocolo para la atención de la población estudiantil que presenta lesiones autoinfligidas y/o en riesgo por tentativa de suicidio; la Asociación de Centros Educativos Privados (2021) realizan talleres, capacitaciones, cursos de prevención y sensibilización con respeto al suicidio; en el Sistema Costarricense de Información Jurídica (2012) se encuentra el decreto 37306-S firmado en el 2000 en el cual se menciona que todo ente público y privado se ve en la obligación de notificar los casos de suicidio; el Ministerio de Salud (MS, 2012) desarrolló la Política Pública de Salud Mental 2012-2021, en el que uno de sus objetivos es implementar un Programa de Acción para Superar las Brechas en Salud Mental para mejorar y ampliar la atención no especializada de los trastornos mentales, neurológicos y por abuso de sustancias, a través de una guía modelo para identificar y manejar una serie de trastornos prioritarios; las acciones se proponen mediante instituciones como Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS), MS, Organizaciones No Gubernamentales, MEP, Consejo Nacional de la Niñez y Adolescencia, Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia, agrupaciones religiosas, Instituto Nacional de la Mujer (INAMU), Instituto Wem “Masculinidad, sexualidad y pareja”, 911 y Ministerio de Gobernación y Política. Sin embargo, para las familias sobrevivientes no se encontraron planes, proyectos o campañas a disposición pública de la población costarricense, dejándolas de lado con su duelo y el impacto que este conlleva, por lo que, se les mantiene sin recursos de ayuda para elaborar el proceso de duelo.

De acuerdo con Hanschmidt, et al. (2016) por cada suicidio existen aproximadamente 18 individuos que presentan trastornos importantes en sus vidas en el proceso de la sobrevivencia al suicidio. Por tanto, fue esencial el abordaje de manera integral del problema desde los distintos factores causantes de daños colaterales en los familiares, tomando en cuenta que a las familias de las víctimas de tal fenómeno se les debe abordar con la misma urgencia con la que se tratan a las personas que tienen un riesgo de concretar el acto.

Como bien es cierto Baca y Aroca (2014) mencionan que existen varios factores de riesgo ante la conducta suicida como son los patológicos (depresión, ansiedad, psicosis), sociales (aislamiento, situación laboral), biológicos (herencia) y ambientales (acontecimientos estresantes). Debido a esto, la OPS (2020) advirtió que la pandemia por COVID-19 puede

exacerbar los factores de riesgo de suicidio, consolidando la idea que las diferentes problemáticas que la pandemia ha traído a las personas han sido factores que pueden incidir en el aumento de la consumación de suicidios debido al notorio deterioro en la salud física y mental en la población costarricense. La COVID-19 ha traído muchas consecuencias a nivel económico, social y de salud tanto física como mental, a lo que el MS (2021) aclara que, para octubre del 2020 un 32.1% de la población presentó algún malestar crítico en la salud mental. El mayor impacto ha sido a nivel socioeconómico, pues, el MS (2021) explica que un 70.1% de la población se ha quedado sin empleo y un 64.8% trabajan tiempo parcial presentando rasgos de depresión y un 61.0% de la población en octubre del 2020 manifestó algún tipo de sintomatología depresiva teniendo un aumento de un 50% con los resultados de marzo del mismo año. Mientras que en octubre del 2020 un 43.7% de la población manifestó algún síntoma relacionado con la ansiedad generalizada severa, de forma que se obtuvo un aumento de un 13.8% con los resultados presentados en marzo. Por consiguiente, se estima que a causa del aumento en las tasas de las afectaciones en la salud mental se puede dar un alza en los casos de suicidios y por ende mayor cantidad de familias afligidas con un proceso de duelo complejo de sobrellevar.

Para sustentar este estudio, se buscaron diferentes investigaciones sobre el duelo familiar por suicidio, a nivel internacional se encontraron en diferentes áreas, pero específicamente en Psicología los autores fueron: Munera (2013); Antón (2019); Campos, Holden y Santos (2017); Delgado (2019); Benítez (2017); Chakraborty y Halder (2018); Cerel, Jordan y Duberstein (2008); García, Grau e Infante (2013); Salsedo y Suárez (2020); Flores, Ruiz y Cadena (2020); Aranda (2017); Gómez (2017); Domínguez (2018); García y Pérez (2012); Dyregrov, et al. (2011); Urdanivia (2019); Torres (2020) y Soro (2019) quienes exponen aspectos importantes del duelo, impacto físico y psicológico, etapas, emociones, y el proceso de duelo que llevan las familias por este tipo de muerte.

A nivel nacional solamente se halló una tesis que combina las variables de duelo familiar con el suicidio, presentada por Carvajal y Moreno (2016). De modo que, con estos documentos se encontró la forma de respaldar esta investigación, a partir de fundamentación teórica que se ha desarrollado desde diferentes profesiones como la tanatología, antropología, psiquiatría, medicina y psicología, puesto que, actualmente el suicidio es una temática que ha ocupado una posición importante en los distintos espacios sociales y académicos.

Desde estos estudios se recalca la importancia de trabajar con los sobrevivientes del suicidio para sobrellevar la muerte del miembro de la familia sin atravesar por una

complicación peligrosa a largo, mediano o corto plazo. Asimismo, el CPPCR (21 de noviembre, de 2020) hizo un llamado a sus agremiados y a la población en general para unir esfuerzos y generar conciencia sobre este tema. Incluso promovió distintas acciones que pueden ser ejecutadas, ya sea en las familias, centros educativos, organizaciones comunales o laborales, pues, el Colegio considera que basta solamente con practicar la empatía y reconocer el impacto emocional en los(as) sobrevivientes. Por ende, se consideró primordial el abordaje de esta problemática, más aún que no existen investigaciones con respecto a este tema en Costa Rica y a nivel internacional no se hallaron desde la Psicología Sistémica. Con lo que, esta investigación podría implicar un aporte teórico del proceso de duelo de las familias participantes con una visión sistémica en el contexto costarricense.

Se creyó primordial trabajar con las familias, puesto que, como Bonilla, Alarcón y Sánchez (2016) exponen, desde la Declaración de los Derechos Humanos de 1948 esta agrupación es comprendida como el núcleo esencial de la sociedad en donde se establecen vínculos entre sus miembros, facilitando el desarrollo individual y grupal en vista de que crea una adecuada funcionalidad en el desarrollo de ella. Paladines y Guinde (2010) las define como la primera escuela donde las personas aprenden a comunicarse y a partir de ésta se establecerá cómo hacerlo con los demás en la sociedad, donde la comunicación es fundamental para el desenvolvimiento y desarrollo de sus miembros; asimismo, dentro de la familia existen diferentes pautas de comportamiento que dan pie a la estructura familiar y las cuales son formadas por las pautas de comunicación. A lo que, Gonzáles (2007) añade que las familias deben ser consideradas una red de comunicaciones unidas en las que todos(as) los(as) integrantes intervienen y que a su vez se ven afectados por la misma, con lo que, aclara que la familia se caracteriza por la conducta de todos sus miembros quienes se enlazan directamente con el comportamiento de los otros y con el de ésta como grupo. Por lo tanto, el enfoque sistémico fue indispensable en dicha investigación porque para este, dicho grupo es la unidad vital con mayor importancia en el cual existirá o no la posibilidad de problemas psicológicos que dependen de los roles, organización de los miembros y la comunicación que se dé dentro de esta (Soria, 2010).

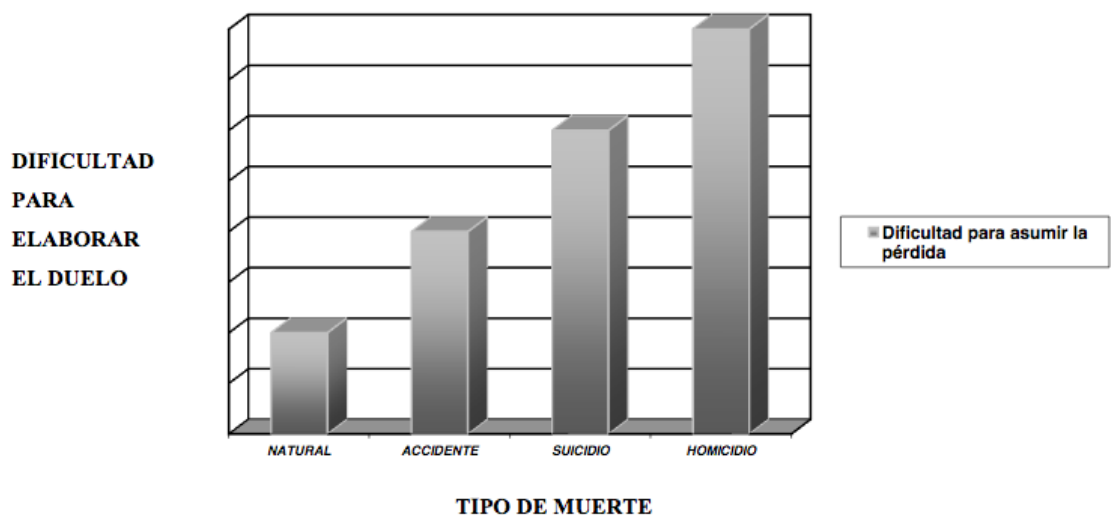
Ahora bien, la familia al ser la pieza fundamental de las personas, cuando atraviesan una pérdida se da un impacto dentro de esta en la cual la estabilidad que mantiene se ve en peligro, poniendo en marcha el duelo familiar el cuál según Aronson (1987) es el proceso familiar que se da a causa de la muerte de unos de sus integrantes, a lo que, Pereira (1998) añaden que es el proceso que sobreviene cuando se muere un miembro de la familia, porque a

partir del fallecimiento el sistema vive un momento crítico donde se rompe parte de su homeostasis, en el que se da un gasto de energía psíquica del cual se deben formar nuevos vínculos aceptando la ausencia del miembro. En dicho proceso Astudillo, Pérez, Ispizua y Orbeagozo (2007) agrega que las reacciones que se dan de forma individual influyen y afectan las de los demás integrantes del sistema, esta reciprocidad Ibarra (2018) menciona que influirá en la nueva estructura, organización y homeostasis familiar que se formará a partir de la pérdida vivida. Dicho lo anterior esta terminología y lo que implica fue la base fundamental para el análisis en esta investigación.

Desde la disciplina de la Psicología se ha comprobado que existe un impacto a nivel psicológico en las personas cercanas a quién falleció cuando la causa de muerte es llamada no natural, a lo que, Vedia (2016) plantea que “si la muerte ha sido súbita, traumática, por homicidio, suicidio, muerte perinatal, accidente de tráfico o laboral, etc.... el malestar psicológico es superior al de una muerte esperada” (p.1). Es así como Ancinas (2011) comprueba lo anterior desde una escala mostrada en la Figura 2 con los diferentes tipos de muertes: Natural, Accidental, Suicidio y Homicidio (NASH), en la que se denota al suicidio junto al homicidio como las muertes con mayor dificultad para elaborar un duelo.

Figura 2

Escala de los diferentes tipos de muerte y la dificultad de superación.



Fuente: Ancinas (2011), Escala NASH.

De acuerdo a dicha escala el duelo por suicidio tiene una mayor complicación por los factores que este implica, a lo que el CPPCR (21 de noviembre, 2020) denota que la crisis que

viven las personas sobrevivientes de este tipo de muerte no se finaliza con su consumación, por lo contrario, es en ese momento donde se inicia un arduo proceso. Igualmente, Young, et al. (2012) argumentan que esta sobrevivencia es una situación dolorosa en la cual se añaden vergüenza, rechazo, ira y responsabilidad por el acto sumándose otros factores de riesgo que pueden ser difíciles de soportar. De modo que, ha sido identificada como una población expuesta a efectuar futuras conductas suicidas, volviendo de mayor relevancia el trabajo con estas personas, debido a que, constantemente sufren de revictimización por el tabú que aún se mantiene a nivel social con este tipo de fallecimiento y, por ende, se tiende a juzgar a los familiares. Por lo que, según estos autores el suicidio podría manifestarse como la única manera de terminar con el dolor del duelo, trayendo como resultado la pérdida de otro familiar por consumir el mismo acto y consecuentemente una doble aflicción al sistema. Por ello, las familias que atraviesan un duelo por suicidio deben recibir atención de instituciones públicas, privadas y la sociedad, dado que, esta problemática puede generar sentimientos, pensamientos y conductas que podrían ocasionar problemas en la salud que pueden provocar trastornos, conflictos relacionales en el sistema familiar u otro devastador final.

Debido a los diferentes planteamientos mencionados antes, el objetivo central de esta investigación fue analizar el presente tema desde una perspectiva de la Psicología Sistémica, ya que, se cree que la falta de abordaje de la temática puede traer consecuencias negativas a nivel familiar. Tal que, este estudio fue de tipo hermenéutico, que de acuerdo con Ruedas, Ríos y Nieves (2008) contiene una profunda naturaleza humana, puesto que, es a la persona quien le toca interpretar, analizar y comprender el significado de pensamientos en acciones, gestos y palabras, en conjunto con sus manifestaciones. Sin embargo, no se basa únicamente en la interpretación por la interpretación, sino en la experiencia de lo distinto y ajeno, con una posibilidad de diálogo, a causa de que, esta vivencia engloba todos los niveles comunicativos lo que recupera su sentido original del problema de la interpretación. Como afirma Arraéz, Calles y Moreno (2006) cuando se analiza un suceso se comprende que este tiene un autor con una historia y un contexto que influye a la persona en su vida.

Por ende, este tipo de metodología fue la más pertinente para abarcar el proceso de duelo por suicidio de la población con la que se trabajó, en razón de que, como señalan Ruedas, Ríos y Nives (2008) la hermenéutica tiene como base ontológica la constitución de las múltiples realidades que dependen de la construcción de las personas individuales y compartidas. Tanto que, las familias fueron vistas como un conjunto de personas que han formado su vivencia, la cual es atravesada por un contexto y una historia propia, dando hincapié a una construcción

compartida del proceso vivido como sistemas familiares. Siendo así, se trabajó de la manera más empática con la población debido a la naturaleza del evento que amerita ser abordado con sensibilidad.

De modo que, esta investigación ha sido conveniente e innovadora para la Psicología, por indagar sobre este tipo de duelo particular y los cambios que se presentan en los roles, sistemas comunicacionales y de funcionamiento que pueden repercutir de manera positiva o negativa en la familia, siendo los encargados de dar hincapié a la adaptación de la nueva realidad donde el fallecido se encuentra ausente. Igualmente, en este proceso va a estar implicada la estructura familiar y todo lo que la compone, partiendo de esta la reorganización ante una situación de crisis como la de una pérdida y la cual se verá influida por diferentes factores (ciclo vital de la familia, respuesta familiar ante la muerte, relación que se tenía con la persona fallecida, su rol en el sistema y la cantidad de reglas que se deben modificar), aspectos que son dilucidados en este estudio por el enfoque bajo el que se decidió trabajar. Así, fue indispensable dar un abordaje adecuado a la temática y su proceso, puesto que, se consideró que, al existir esta investigación en un futuro se pueden crear líneas de acción para estas familias y evitar consecuencias que repercutan en los miembros y en su grupalidad.

Por último, este estudio ha sido innovador y de gran aporte para la Escuela de Psicología de la Universidad Nacional, pues, con base en la formación otorgada, la investigación es una acción fundamental que como profesionales no podemos dejar de lado. El tema de duelo por suicidio en las familias es un fenómeno multifactorial y social de gran interés para la psicología que está impactando cada vez más a las personas y familias dentro del contexto costarricense, así, este trabajo permitirá dar una perspectiva del proceso psicológico de este fenómeno. Con ello, la escuela podrá posicionarse a la vanguardia por utilizar este estudio como base para el abordaje de esta problemática social e implementar la enseñanza de este tema en los espacios educativos. Asimismo, se percibió un vacío en las investigaciones con respecto a la metodología utilizada, ya que, la mayoría parte de una revisión bibliográfica y muy pocos estudios tienen un acercamiento con la población. Se consideró que la teoría es necesaria, sin embargo, el trabajo de recolección y análisis de la información con la población es pertinente porque son las familias quienes han sufrido esta vivencia y relatan este proceso de duelo particular desde su perspectiva; por lo cual, este elemento no se puede invisibilizar, ya que, enriquece el conocimiento y la percepción sobre esta problemática. Siendo así, esta investigación contribuye en una innovación temática porque se trabajó con una población en vulnerabilidad y que no ha sido estudiada en nuestro país, brindando posibles herramientas al

área de Psicología Sistémica para futuras investigaciones o intervenciones que se deseen realizar

1.3 Presentación de problema de investigación

La OMS (2019) afirma que más de 800 000 personas al rededor del mundo toman la decisión de suicidarse cada año, por tanto, se ha considerado como una problemática de Salud Pública en la que se debe priorizar este tema en los sistemas de salud e instituciones para abordar la prevención e intervención en ideaciones suicidas y el trabajo con las familias afectadas por un suicidio. Por su parte, el INEC (2021) expone que en Costa Rica para el 2020 según datos preliminares se reportaron 356 casos de suicidio que denotan y fundamentan la existencia de una cantidad inquietante de suicidios que suceden a nivel nacional. Según estos datos y debido a su incremento en los registros, se puede deducir que han aumentado los familiares afligidos por este tipo de muerte difícil de afrontar. El suicidio al ser un fenómeno que ha aumentado con el paso de los años, consecuentemente tomó un lugar importante dentro de las coyunturas que repercuten en los espacios sociales, por lo que, comenzó a ser parte de las preocupaciones de organizaciones mundiales como la OMS y OPS, a nivel nacional el MEP, MS y CPPCR. Estos han propuesto diferentes líneas de acción para esta problemática, pero han dejado de lado el trabajo del duelo por suicidio que viven las familias que deben atravesar el proceso después de concluido el acto.

A su vez, cuando se realizó la búsqueda de antecedentes se encontró que en Costa Rica existe un único trabajo relacionado con en el duelo familiar por suicidio, siendo esto un limitante en el campo de trabajo con esta población a nivel nacional. No obstante, a nivel internacional se halló una variedad de investigaciones sobre este tema, las cuales sirvieron de apoyo para este estudio debido a la información recolectada sobre dicho proceso de duelo en los distintos antecedentes. Esto dio pie a que se convirtieran en una base para la metodología en el presente trabajo, pero se detectó una carencia con respecto al enfoque que se eligió para abordar el tema.

Es primordial entender el significado de la unidad de análisis de esta investigación, por ello se destaca a Minuchin y Fishman (2004) quienes definen a la familia como un grupo natural, en la que con el pasar del tiempo, se crean patrones de interacción que forman la estructura familiar y dirigen el funcionamiento de los integrantes, determinando el conjunto de conductas y posibilitando la interacción. A esto Minuchin (1974) añade que dicho sistema debe enfrentar difíciles tareas como cambios internos y externos mientras mantiene su continuidad,

también debe apoyar y estimular el crecimiento de sus integrantes al mismo tiempo que se adapta a una sociedad en transformación. Por lo tanto, se reconoció el papel importante de la familia en el afrontamiento de las dificultades que se presentan a lo largo de la vida de las personas y en el desarrollo psicosocial de sus miembros.

Cuando una familia vive una muerte, se lleva a cabo el duelo familiar, el cual para Gómez (2017) es “el proceso que surge a raíz de la pérdida de un miembro de la familia” (p.56). Este mismo autor sostiene que dicho duelo presenta ciertos períodos importantes al existir una desorganización y desestructuración familiar, cambios en las relaciones después de la pérdida y reorganización inconsciente del grupo donde se establecen nuevos roles. Este duelo, que comienzan a atravesar las familias, empieza a abatir cada vez más a las personas con problemas internos y externos, por eso, es importante que se elabore una resolución del duelo con una aceptación de la nueva realidad.

En el duelo familiar, específicamente por suicidio, aparecen interrogantes, sentimientos y pensamientos, implicaciones que se presentan en el afrontamiento de la muerte y que en muchas ocasiones llegan a ser perturbadoras. Worden (2004) y Múnera (2013) afirman que las familias no solo se quedan con la sensación de pérdida, sino también con el legado de la vergüenza, ansiedad, miedo, soledad, fatiga, impotencia, tristeza, rechazo, alivio, autorreproche, shock, enfado y culpa. Incluso, a nivel psicológico según Chakraborty y Halder (2018) los(as) sobrevivientes de suicidio pueden vivir secuelas negativas como alteraciones en la familia o estigmatización social y; precisamente Múnera (2013) explica que el estigma social es una condena, pues, habla que está dirigido tanto a la familia como a quien se suicida, con el que se tiene como consecuencia inmediata la falta de apoyo social. A causa de ello, se genera un juzgamiento social hacia la familia que trae una mayor carga emocional donde se pueden acrecentar los pensamientos, sentimientos y cambios en las relaciones familiares, posibilitando algunas afectaciones en los sistemas y trayendo que el duelo se pueda cronificar o quedar inconcluso

Por tanto, el duelo por suicidio debe tomarse con mayor relevancia por ser inherentemente distinto a los duelos de fallecimientos por causas naturales, puesto que, la familia dispone de un tiempo previo a la defunción para asimilar la situación que vivirán y trabajar en la reestructuración que se dará a nivel familiar. En el duelo por suicidio se van dilucidando poco a poco fuertes problemas emocionales, relaciones y personales con respecto

al evento, dado que, por ser una muerte inesperada se complica el afrontamiento y la aceptación de la pérdida, que traen súbitamente en la familia una crisis a la homeostasis. De tal forma, desde la posición de Ancinas (2011) este duelo es en definitiva más complejo que otros por los efectos que dicho proceso connota, además, de las implicaciones psicológicas y emocionales con las que constantemente deben lidiar estas familias; sumándole el peso que reciben a nivel social por los estigmas sociales establecidos sobre el suicidio.

Por otra parte, se señala nuevamente la solicitud hecha por el CPPCR (21 de noviembre, de 2020) el cual espera que se vaya creando conciencia sobre la situación vivida por estas familias y así habilitar espacios donde se les acompañe, tanto en instituciones, organizaciones como en espacios habilitados por profesionales en salud mental. Por consiguiente, el Colegio insta a crear medidas en el área psicológica para afrontar este tipo de pérdida, dado que, la carencia de apoyo social influye significativamente en el duelo que dichas familias atraviesan y se considera que un soporte psicológico y social podría favorecer en el proceso pese a las dificultosas implicaciones que este conlleva. En consecuencia, esta investigación forma parte de las primeras líneas de acción que el CPPCR insta a realizar y que puede tomarse como apoyo para actuar en esta problemática a nivel de praxis, por tanto, es valioso destacar que las distintas acciones que se planteen para las familias deben ir dirigidas a lograr un impacto positivo para la transformación de la calidad de vida y el estado de salud de las personas (Morales, 1997).

Por todos los motivos planteados anteriormente y al evidenciarse que en Costa Rica existe una carencia en el abordaje del duelo familiar por suicidio, es que este estudio pretendió ser base para conocer dicho proceso en las familias participantes. Por lo tanto, se procuró tener un acercamiento a esta población, donde se abordó: la estructura y clima emocional familiar, percepción de las familias sobre la experiencia de la pérdida y los sentimientos asociados al duelo y su expresión en las familias.

Ahora bien, debido a las explicaciones y puntos mencionados a lo largo del trabajo, se concluyó que la pregunta de investigación de este estudio es: ¿Cómo se desarrolla el proceso de duelo en cuatro familias que han experimentado la pérdida de uno de sus miembros debido al suicidio, que residen en la GAM de Costa Rica desde la Psicología Sistémica Estructural?

1.4. Objetivos

1.4.1. Objetivo General

- Analizar el proceso de duelo familiar que han experimentado cuatro familias por la pérdida de uno de sus miembros debido al suicidio, que residen en la Gran Área Metropolitana de Costa Rica desde Psicología Sistémica Estructural.

1.4.2. Objetivos Específicos

- Identificar las estructuras y el clima emocional de las familias participantes.
- Estudiar la percepción sobre la experiencia de la pérdida de las familias participantes.
- Explorar los sentimientos asociados al proceso de duelo y su expresión en las familias participantes.

Capítulo II: Marco Teórico

Dentro de este apartado se realizó una recopilación de las bases teóricas para llevar a cabo el estudio donde se enfatizó en el Enfoque Sistémico, el cual fue fundamental para la recopilación e investigación de la información que ayudaron a concretar el trabajo. Además, se plantean distintos aspectos teóricos bajo los cuales se trabajó en la investigación y que sirvieron para el análisis de la información de las personas participantes en este estudio.

2.1 Marco referencial

2.1.1. Enfoque Sistémico

Este estudio se desarrolló desde la Teoría General de Sistemas (TGS), específicamente desde el Enfoque Sistémico Familiar debido a que tiene un abordaje teórico con respecto a las dinámicas y vínculos familiares, los cuales se pretendieron abarcar en esta investigación para la realización del análisis. Cabe rescatar que, dicho enfoque acabó llamándose sistémico en parte por Mara Selvini y sus colaboradores del equipo de Milán que se empeñaron en usar esa denominación, pero el mérito principal es de quien inventó el concepto de sistema: Von Bertalanffy (Linares, 2012).

En el Enfoque Sistémico, la familia es de vital importancia puesto que la forma como están organizados sus miembros, el papel que juega cada uno de ellos y la manera que se

comunican va a determinar el tipo de relaciones que se establece en dicho sistema familiar, lo que a su vez posibilitará o no la presencia y/o mantenimiento de problemas psicológicos (Soria, 2010).

Además, Minuchin (1974) enfatiza que la familia es un sistema abierto en transformación, que constantemente recibe y envía descargas de y desde el medio extrafamiliar, y se ajusta a las distintas demandas de las etapas de desarrollo que afronta. Por lo que Lila, Musitu y Buelga (2000) y González (2007) plantean que la familia posee un papel esencial en el desarrollo de sus integrantes por ser el entorno en el que aprende sobre su contexto; al ser un grupo en constante cambio se encuentra influenciado por el exterior, impactando así a los integrantes en factores psicosociales y vinculares. Del mismo modo, los lazos entre los miembros necesitan de las normas con las que se guían los integrantes del sistema recíprocamente, especialmente al ser una agrupación con cambios frecuentes que son distintos según la etapa por la que estén pasando.

Las transformaciones por las cuales los sistemas atraviesan, provienen de los sucesos internos y externos a la familia. Pero cuando hablamos de la muerte de un miembro familiar, Bowen (1976) plantea que, dicha pérdida desde un punto de vista sistémico es un acontecimiento de suma importancia y complejidad que conlleva un choque emocional en el sistema y puede alterar el equilibrio del mismo. Poniendo así a dicha agrupación en riesgo de crear sintomatologías y atentando con la existencia del sistema familiar.

Por lo cual, hay conductas que se manifiestan a nivel individual pero que son de fuerte influencia a nivel familiar, debido a que dentro de este entorno dichas reacciones individuales son compartidas e influyen en el funcionamiento cotidiano del sistema, gracias al vacío de la persona que ya no se encuentra presente (Gómez, 2017; y Ancinas, 2011).

Dentro del Modelo Sistémico existe una variedad de enfoques, no obstante, en esta tesis se trabajó con el estructural, dadas sus características y perspectivas con respecto a la familia. Entonces, se encontró que Minuchin (1974) alude que el pilar del Enfoque Estructural es que éste no se disminuye en la dimensión biopsicodinámica individual de los integrantes, pues considera que estos se relacionan con respecto a ciertas decisiones que guían sus intercambios. Sin embargo, en muchas ocasiones estas pautas no son instauradas explícitamente o reconocidas y las cuales conforman la estructura familiar, por lo tanto, la realidad estructural corresponde a un contexto distinto que el de los miembros individuales. Minuchin (1974)

explica que dicho enfoque afronta el proceso de las modificaciones causadas por una persona sobre ciertas circunstancias y la manera en que la retroalimentación está relacionada a dichos cambios impactando sus acciones posteriores. A lo que Minuchin, Lee y Simón (1998) añaden que, este enfoque resalta la importancia que tienen la jerarquía y los límites dentro del funcionamiento en las dinámicas familiares.

El Modelo Estructural, como explican Andolfi, 1989; Barker, 1983; Hoffman, 1998; Martínez, 1986; y Umbarger (1987, citados en Soria, 2010) se guía por algunos principios básicos de la Teoría General de los Sistemas:

- La familia es vista como un sistema vivo y abierto, en el que su totalidad lo conforman sus elementos (miembros de la familia) y las relaciones que éstos establecen entre sí.
- Como sistema, la familia se dirige hacia el equilibrio (homeostasis) y al cambio (morfogénesis).
- El sistema tiende a autorregularse.
- La familia, como sistema, se relaciona con suprasistemas de los que forma parte (familia de origen, familia extensa, comunidad, etcétera).
- La familia es un sistema en el que se identifican subsistemas: individual, conyugal, parental, fraterno.
- Existe un conflicto familiar cuando se da una disfunción en las interrelaciones establecidas entre sus miembros.
- El conflicto individual en cualquiera de los miembros del sistema es solo la manifestación de un problema familiar.

Paralelamente, Camí (2010) sugiere que el Modelo Estructural se caracteriza por tres axiomas; no obstante, para esta investigación solamente se utilizaron los siguientes:(me suena raro porque igual explicamos tres)

1. La actividad de uno de los miembros de la familia tiene el poder de variar el contexto en que se coloca todo el sistema familiar. Cada individuo participa de manera continua con el ambiente y lo hace recíprocamente, puesto que ambos pueden influirse entre sí (modelo circular).
2. Modificaciones en la estructura familiar contribuyen a la producción de cambios en la conducta y en los procesos psíquicos internos de los miembros del sistema familiar.

3. Asimismo, la experiencia personal del individuo cambia cuando lo hace el modo en que se relacionan los miembros del sistema social en el que vive.

El Modelo Estructural Sistémico fue una gran opción de análisis, debido a que provee la oportunidad de estudiar a las familias como sistemas abiertos en los que se establecen ciertas pautas de interacción (estructura familiar) que determinarán la funcionalidad o disfuncionalidad de estas relaciones familiares. De allí que la perspectiva de este modelo fue una pieza clave para la elaboración de esta investigación, pues sugiere que los miembros de la familia se relacionan de acuerdo con reglas que constituyen la estructura familiar (Soria, 2010). Por tal razón, ayudó en el estudio de las familias, debido a que son observadas como sistemas en los que cada miembro es un elemento importante que va a influir en los demás, pues la interacción entre sí, su relación, las dinámicas que los acompañan y todo lo que comparten influye dentro de sus realidades. De acuerdo con Minuchin (1974) en las familias existen pautas transaccionales que son negociadas de forma explícita e implícita a lo largo de la construcción familiar y se da una responsabilidad compartida de los miembros en la búsqueda de los mecanismos regulatorios que aparecen ante las distintas circunstancias. Dichas pautas son de interés en este estudio para poder comprender de forma integral la forma en que cada familia participante ha sobrellevado el proceso de duelo.

Asimismo, el Enfoque Sistémico aportó gran apertura en el estudio del duelo por suicidio en núcleos familiares, puesto que, permite tener visiones detalladas de las situaciones en estos entornos al contemplar elementos valiosos que explican de forma general pero que apuntan a asociarse con las relaciones y funciones que rodean constantemente a las familias. Con respecto a las familias, Espinal, Gimeno y González (2006) expresan que, son más que la suma de los integrantes que la constituyen formando una totalidad, con un sistema de creencias y valores en común, que se crean a partir de las diferentes experiencias a lo largo de la vida, trayendo como resultado una serie de costumbres y rituales que son transmitidos generacionalmente. Así, desde Minuchin (1974) se entiende que la teoría sobre este enfoque se fundamenta en que las personas no son seres apartados, sino que son integrantes activos y reactivos de grupos sociales; entonces, lo que viven como verdadero va a depender de componentes internos y externos. Es así como el enfoque posibilita una mirada sobre las vivencias que atraviesan y constituyen a las familias, detallando en la composición de las mismas y los efectos que el exterior tuvo en cada elemento que las compone. Las teorías del enfoque sistémico se rigen por principios que priorizan un análisis desde esta perspectiva que

ayudan a mirar a las personas integrantes de una manera circular y causal, atravesando su estructura, tipología y su sistema en particular que determinan el comportamiento familiar y de sus integrantes.

2.2. Marco teórico

2.2.1. Familia, estructura e historia familiar

En este estudio el eje principal es la familia, cabe destacar que todos los seres humanos provenimos de una unidad familiar, existen diferentes agrupaciones entre las que destacan las monoparentales, constituidas, reconstituida o mixta, nuclear, extensa, homoparental, de padre ensamblados, acogida, sin hijos por elección, en las cuales se dan diferentes interacciones y es donde el ser humano se desarrolla. Para Minuchin, Lee y Simón (1998) la familia es un grupo de personas que se encuentran unidas emocionalmente y/o por lazos de sangre, que han convivido juntas el tiempo suficiente para desarrollar patrones de interacción y una historia que justifica dichos patrones, a lo que Minuchin (1974) agrega que, esta es un grupo social natural y un elemento muy significativo para las personas.

Esta tesis al ser enfocada desde una óptica sistémica, se considera que la familia debió ser entendida desde esta misma perspectiva, por lo que Minuchin (1974) y Andolfi (1993) la definen como un sistema relacional que se enlaza junto con sus miembros porque es un grupo social natural, donde se establecen las conductas de los integrantes por la influencia del interior y exterior del sistema, agrupación que rebasa y conecta sus elementos entre sí. Es decir, el ser humano se encuentra en constante interacción con las dinámicas y estímulos que se dan tanto dentro como fuera de esta agrupación, no obstante, Minuchin y Fishman (2004) mencionan que, las conductas permitidas dentro de este sistema se encuentran regidas por la organización del mismo.

Al ser las familias la unidad primaria del ser humano, estas se encuentran instituidas en distintos contextos y culturas, por ende, Minuchin (1974) propone que son conformadas por tres componentes: 1) la estructura de una familia es la de un sistema sociocultural abierto en constante transformación, 2) existen un cierto número de etapas de desarrollo en las cuales le exigen a la familia que se desplace y se dé una reestructuración, 3) la familia debe adaptarse a ciertas circunstancias cambiantes de forma que mantenga una continuidad y fomente el crecimiento psicosocial de cada integrante. Sin embargo, para que estos tres elementos se puedan dar en las familias deben facilitarse los procesos postulados por Boszormenyi-nagy y

Framo (1976): 1) el sistema familiar debe disponer de mecanismos reguladores propios, los cuales controlan los mecanismos colectivos de sus integrantes, 2) cada miembro de la familia debe “encajar” en las diferentes reglas del juego familiar. Es decir, todas las familias poseen una estructura que está sujeta a cambios, y que pasan por diferentes etapas las cuales deben adaptarse. Esta adaptación debe darse de manera continua y fomentar el crecimiento psicológico y social de sus integrantes, pero para que este proceso sea dado de la mejor forma, la familia debe disponer de elementos de autorregulación grupales y cada uno de los integrantes debe tener un papel que desarrollar en el juego familiar.

En concordancia, Soria (2010) señala, con respecto a la familia y su organización, que esta es de vital importancia, ya que, tanto el papel que juegan cada uno de los integrantes de la familia, como la forma en que se comunican, van a determinar el tipo de relaciones que se establecen en dicho sistema familiar, posibilitando o no la presencia y/o mantenimiento de problemas psicológicos.

De igual forma Rodríguez y Kerr (2011) enfatizan que desde la teoría de Bowen la familia es vista como una unidad emocional, puesto que la naturaleza de la familia va a implicar que los integrantes de la misma estén intensamente enlazados emocionalmente. De esa manera plantea que “los miembros del sistema familiar se afectan profundamente unos con otros en sus pensamientos, sentimientos y acciones que parece como si vivieran bajo la misma “piel emocional”” (p.3). Aunque, es importante señalar que esta dinámica va a depender de cómo se encuentra conformada la familia con sus diferentes límites entre los subsistemas.

No obstante, para abordar dichos límites primeramente se debe entender que es la estructura familiar desde el Modelo Sistémico, en el cual, es vista a la familia como un sistema que contiene inmersos componentes que ayudan a clarificar aspectos en sus dinámicas grupales. A lo que, Minuchin (1974) propone que la estructura familiar es “el conjunto invisible de demandas funcionales que organizan los modos en que interactúan los miembros de una familia” (p.86). Siendo así, con base a Turmo (2018); y Minuchin, Lee y Simón (1998) dicha estructura es la encargada de mostrar cuáles son los patrones relacionales de una familia, pues, contiene elementos de pertenencia y lealtad, de proximidad, exclusión y abandono, poder y agresión; estas son reflejadas en la formación de los subsistemas, la permeabilidad de los límites, afiliaciones y coaliciones. Para que se de dicha estructura familiar deben existir diferentes parámetros que la definan, como: “¿Quiénes son los jugadores alrededor de ciertos

temas? ¿Quién forma una coalición contra otros? ¿Cómo se está alimentando, apoyando y vigorizando al débil?” (Minuchin, Lee y Simón, 1998, p.48).

Del mismo modo, desde el Modelo Estructural se reconoce que las familias tienen distintos aspectos que la componen como tal y las sostienen como el sistema que son, entre ellos está la jerarquía, Linares (2012) la define como la función relacional que soporta la toma de decisiones en el seno de un sistema y que cumple con cambiar, de forma adaptativa o no adaptativa, los incidentes del ciclo vital en determinadas circunstancias. Así es como este elemento está relacionado con el poder dentro de la familia, pues Camí (2010) menciona que para Minuchin el poder es la capacidad de influencia que tiene un individuo determinado para controlar la conducta de otro. Por ello, Minuchin insiste que idealmente el poder debe ser empleado por quien tiene la posición de autoridad, pero que ocasionalmente un miembro de la familia puede tener el poder, pero no la autoridad, y una jerarquía mal definida puede crear relaciones caóticas dentro de una familia. Por ello, Soria (2010) agrega que la jerarquía engloba al o los miembros que establecen reglas, las hacen obedecer, toman decisiones individuales y grupales. Menciona que dentro de ella se encuentran dos aristas: la centralidad, que hace referencia al miembro en el que recae la mayor parte de las interacciones familiares, quien se destaca por características positivas o negativas; y la periferia, que tiene que ver con el miembro con menos participación en la organización e interacción familiar.

Dichas familias no están conformadas solamente por la jerarquía, sino que también se encuentran categorizadas según los subsistemas que la conforman a nivel interno, en consecuencia, Minuchin (1974) enfatiza que, cada individuo pertenece a diferentes sistemas específicos en los que posee distintos niveles de poder y en los que aprende habilidades diferenciadas. Entonces, cada persona es parte de relaciones complementarias que se acomodan logrando una reciprocidad que posibilita las relaciones humanas, trayendo como resultado que cada familia posea subsistemas diferenciados.

De igual forma, Minuchin (1974) señala que el sistema familiar se diferencia y desempeña sus funciones a través de sus subsistemas los cuales pueden ser formados por generación, sexo, interés o función, etc.; estos poseen funciones propias en las que se plantean demandas específicas a sus miembros y el desarrollo de las habilidades interpersonales. Cada individuo de la familia es un subsistema de ella y cada sistema familiar encierra un número de

subsistemas, los cuales son rodeados por límites de una permeabilidad variable (Minuchin, Lee y Simón, 1998).

Minuchin (1974); y Minuchin y Fisman (2004) definen los distintos subsistemas:

- Subsistema conyugal: Es el comienzo de un hombre con una mujer o parejas homosexuales que se unen con la intención de constituir una familia. Los nuevos compañeros traen un conjunto de valores y de expectativas tanto explícitas como inconscientes. Este subsistema posee tareas o funciones específicas, vitales para el funcionamiento de la familia: las principales cualidades requeridas para la implementación de sus tareas son la complementariedad y la acomodación mutua. Ambos cónyuges deben ceder parte de su individualidad para lograr un sentido de pertenencia, si no, pueden encontrar obstáculos en la relación. El subsistema conyugal debe llegar a un límite que lo proteja de la interferencia de las demandas y necesidades de otros sistemas, particularmente, cuando la familia tiene hijos(as). Los adultos deben poseer un territorio psicosocial propio, en el que tengan un refugio y un sostén emocional que pueden proporcionarse mutuamente.
- Subsistema parental: Consiste en el proceso de crianza de los hijos(as) y sus funciones de socialización, cuando nace el primer hijo(a) se alcanza un nuevo nivel de formación familiar y puede ser compuesto muy diversamente. En una familia intacta el subsistema conyugal debe diferenciarse, desempeñando la tarea de socialización de un hijo(a) sin renunciar al mutuo apoyo que caracteriza al subsistema conyugal. Se debe trazar un límite que permita el acceso del niño(a) a ambos padres y, al mismo tiempo, que lo(a) excluya de las relaciones conyugales.
- Subsistema fraterno: Está conformado por los hermanos(as) y constituye para un niño(a) el primer grupo de iguales en que participa. Dentro de este contexto, los hijos(as) se apoyan entre sí, se divierten, se atacan, se toman como chivo emisario y aprenden unos de otros. Al igual que los otros subsistemas, elaboran sus propias pautas de interacción para negociar, rivalizar, cooperar y competir, se entrenan para hacer amigos(as) y tratar con enemigos(as), para aprender de otros y ser reconocidos. En conjunto, los hermanos(as) van tomando diferentes posiciones en un proceso en el que promueve tanto su sentimiento de pertenencia a un grupo como su individualidad vivenciada en el acto de elegir y optar por una alternativa dentro de un sistema.

Los subsistemas permiten que sus miembros interactúen bajo ciertas pautas y como parte de este modo de funcionamiento familiar se dan una serie de comportamientos las cuales son basadas en las reglas de unión u oposición que se dan entre los miembros de la familia o en dichas subagrupaciones, las cuales generalmente no son explícitas ni reconocidas en la familia, estas conformaciones Camí (2010) y Soria (2010) las señalan como:

- Alianzas: Cuando existe una afinidad positiva entre dos o más personas de un sistema y se unen para obtener beneficios sin dañar a otros.
- Coalición: Se refiere a una unión de dos o más miembros de la familia contra un tercero, esta oposición puede expresarse de muchas maneras, como en conflicto o la exclusión.
- Triangulación: Es una forma de coalición que surge por la existencia de un conflicto entre dos miembros de la familia, los cuales usan a otro para perjudicarse por medio de este tercero, quien tiene que responder y cooperar unas veces con uno y otras con otro.
- Tríada: Consiste en que una tercera persona se ve involucrada en algún nivel de la relación tensa entre otras dos personas de la familia y ese tercer integrante tiene un papel especial relacionado con la tensión.

Como bien se mencionó anteriormente, la familia es un conjunto de subsistemas que se forman por los miembros de la misma, los cuales necesitan estar separados por los límites, a esto Camí (2010) señala que Minuchin los entiende como las reglas que definen quién y cómo se participa en una interacción, donde complementariamente la demarcación de los roles es necesaria. Por lo tanto, como parte del conjunto de elementos que participan en la interacción familiar, Minuchin (1974) determina que la función de los límites reside en proteger la diferenciación del sistema y en la constitución de los subsistemas, las cuales son concretadas por los miembros. Este mismo autor ratifica que la claridad de los límites en el interior de una familia constituye un parámetro útil para la evaluación de su funcionamiento.

Existen diferentes tipos de límites, los cuales Minuchin (1974); Linares (2012); y Soria (2010) plantean que son:

- Difusos: Son aquellos que no se definen con precisión, no queda claro quién debe participar, cómo y cuándo; hay falta de autonomía entre los miembros del sistema, quienes están aglutinados mostrando invasión entre subsistemas. Así, el estrés de un miembro individual repercute intensamente en los demás. Un sistema de ese tipo puede

sobrecargarse y carecer de los recursos necesarios para adaptarse y cambiar bajo circunstancias de estrés.

- Rígidos: En las familias con este tipo de límites la comunicación entre sus miembros se podría tornar compleja y las funciones protectoras se ven perjudicadas, cada uno funciona en forma autónoma con desproporcionado sentido de independencia, careciendo de sentimientos de lealtad y pertenencia. Solo un alto nivel de estrés que afecte a un miembro puede activar los sistemas de apoyo de la familia. Y esta rigidez, provoca que la adaptabilidad se reduzca al mínimo, lo que dificulta cualquier modificación como reacción frente a cambios circunstanciales.
- Claros: Son aquellas reglas que pueden definirse con precisión como para permitir a los miembros del sistema el desarrollo de sus funciones sin interferencias entre subsistemas, pero permitiendo el contacto entre los miembros de estos.

A lo que, Minuchin (1974) alude que los límites explicados anteriormente son una referencia útil para evaluar el funcionamiento familiar, el cual, fluctúa entre dos polos: familias aglutinadas y familias desligadas. Así Linares (2012); y Turmo (2018) las describen de la siguiente forma:

- Aglutinadas: En este extremo se encuentran las familias con límites difusos. Estas se caracterizan por la falta de diferenciación y autonomía de sus miembros, cualquier cambio es abordado con excesiva rigidez e intensidad y las conductas de un miembro de la familia repercuten intensamente en los demás y en el sistema. La distancia relacional entre los miembros de estas familias es escasa, mientras que las fronteras con el exterior suelen ser muy firmes. Eso la convierte en un sistema cerrado, en el que la individuación se hace difícil.
- Desligadas: Aquí pertenecen las familias con límites rígidos. Los miembros de estas familias cuentan con un sentido de independencia excesivo, no tienen sentimiento de pertenencia ni lealtad al sistema familiar. Estas familias mantienen menor cohesión, que corresponde a la distancia relacional entre los miembros del sistema. La familia tiende a no responder ante los cambios, pero únicamente ante situaciones de angustia intensa la familia puede mostrar alguna respuesta de apoyo entre sus miembros.
- En el centro de estos dos polos, existe un punto medio donde se encuentran las familias funcionales, ya que, contienen los límites claros y mantienen el equilibrio entre la diferenciación de sus miembros y el sentido de pertenencia al grupo familiar.

Cabe rescatar que como Minuchin (1974) sostiene que estos tipos de relación provocan problemas familiares cuando se ponen en marcha mecanismos adaptativos, pues la familia aglutinada responde a toda variación en relación con lo habitual con una excesiva rapidez e intensidad y la familia desligada tiende a no responder cuando es necesario hacerlo.

Otro elemento inmerso en las familias es la historia familiar, que desde el enfoque sistémico se ha utilizado como un método de recolección de información, el cual, es un recurso que se utilizó en esta investigación para comprender el contexto familiar bajo el que se investigó el fenómeno del suicidio en las familias participantes.

Lo que se busca, según Medina (2018) es que esa historia familiar sea creada a partir de las propias explicaciones de la familia; además, pretende establecer una relación entre el pasado, presente y futuro, debido a que, la realidad de las personas es dinámica, histórica y cambiante por múltiples circunstancias. Esta historia familiar construida se distingue entre experiencia y experiencia vivida: la primera son todas las circunstancias que suceden alrededor de la familia y la segunda es el relato que cuentan las personas sobre dicha experiencia.

En esta historia, según Medina (2018) existe una relación con la identidad individual y familiar, es así como la familia como identidad está formada por las historias compartidas de cada uno de sus integrantes y de una historia en común, donde se nutre la historia individual. Por lo que, esta historia compartida favorece la interacción entre sus miembros creando de forma particular una manera de relacionarse y de configurar la estructura familiar, en cuanto a: sus límites, triangulaciones, coaliciones, jerarquías y alianzas.

Así pues, la historia familiar es elemental para que la interacción se organice en una dirección en particular, debido a que una familia sin una historia pierde toda posibilidad de interacción estructurada, pues no existiría un punto de referencia previo en el cual anclar la interacción (Medina, 2018).

2.2.2. Suicidio en la familia

Por su parte, el suicidio es el tipo de muerte en el que gira este estudio; por lo tanto, González, Arana y Jiménez (2008) lo comprende como un fenómeno multifactorial, dinámico y complejo que de acuerdo con Gómez (2017) es caracterizado como una conducta autodestructiva, donde la persona que lo realiza es consciente de que la consecuencia del acto es la muerte; así pues, no se reconoce como una conducta impulsiva. Desde la psicología es

definido por Montoya (2015) como un acto de decisión propia la cual es producto de los distintos estados de ánimo, circunstancias ambientales y estructurales de la personalidad. Con todo ello, es esencial denotar que la OMS (2014) considera los suicidios como una tragedia, que tiene un grave impacto y de extensa trascendencia en las familias y personas cercanas de quien se suicidio, incluso después de un largo tiempo desde que dicha muerte haya ocurrido.

El suicidio es una muerte, la cual Ibarra (2018) plantea que es considerada como un proceso que por sí mismo es inesperado, pero cuando una persona se encuentra enferma permite que la familia y amigos puedan ir aceptando la defunción. No obstante, cuando se trata de una muerte como los accidentes, homicidios o suicidios, estos son fallecimientos inesperados y mucho más complejos de sobrellevar. Por lo que, este mismo autor menciona que el suicidio es un fenómeno de difícil elaboración, debido a que, sucede de una forma inesperada, repentina y cuestiona a los sobrevivientes de muchas maneras, acto que en la mayoría de las culturas es socialmente inaceptable.

A pesar de que el suicidio ha sido un fenómeno que se ha encontrado presente a lo largo de la historia humana, éste posee un poderoso espectro de influencia en las personas, la familia y la sociedad, quienes deben adecuarse a distintas circunstancias que se presentan en la vida y específicamente este tipo de muerte es un elemento de cambio en las familias. Por lo que, las mismas deben buscar la forma de adaptarse a esta situación, aunque en algunos casos no se logra dicha adaptación, ya que, es un evento que puede bloquear las posibilidades de cambio y desencadenar un inesperado estancamiento para el desarrollo familiar (Minuchin, Lee y Simón, 1998; Mora, 1991; Hoffman, 1987; e Ibarra, 2018).

Un elemento indispensable de entender con respecto al suicidio y su impacto en la familia es lo propuesto por Espinal, Gimeno y González (2006) quienes mencionan que: “pertenecemos a una familia desde siempre y nuestra pertenencia real o simbólica se mantiene, casi podemos decir durante toda la vida” (p.12) debido a que, cada miembro de la familia tiene una posición que ejerce en el diario vivir en el sistema familiar y aunque la persona muera, la posición de la misma no va a eliminarse ni desaparecer del sistema. Ancinas (2011) añade que el suicidio es una situación de gran complejidad que atraviesan algunas familias, debido a que no existe una manera fácil de reconciliarse con la persona que concreta el acto.

Según Montoya (2015) para Murray Bowen la muerte o la amenaza que ésta crea, representa un suceso traumático y por consiguiente puede alterar el desenvolvimiento de una

familia, ya que nada se asemeja a los efectos traumáticos que provoca en la unidad familiar la pérdida de alguno de sus miembros. Sin embargo, una “muerte esperada” deja que las personas de manera anticipada puedan paulatinamente reorganizar la vida familiar y así hacerle frente al evento doloroso con una mayor preparación, mientras que una muerte inesperada necesita de un cambio inmediato de las reglas de funcionamiento familiar (Pereira y Vanotti, 2011).

Como se mencionó anteriormente, el suicidio genera un gran impacto en las personas involucradas afectivamente con quién realizó el acto. Por esa razón este evento llena de intenso malestar e impotencia a las familias, generando dificultad en su dinámica, estructura y ejercicio de roles, asimismo, esta afectación puede traer consecuencias en la salud mental. Es decir, el suicidio es una muerte que incrementa el riesgo de conflictos para elaborar el duelo, ya que, pone en cuestionamiento la funcionalidad familiar porque se encuentra mayormente expuesta a una probabilidad de desorganización, destrucción, decrece la adaptación y la cohesión; aunque se debe tomar en cuenta que estos efectos van a depender de las variables físicas, mentales y sociales (Ibarra, 2018; Montoya, 2015; y Builes, Anderson, Ramírez y Arango, 2014).

Mientras Montoya (2015) agrega que

El suicidio puede provocar disfuncionalidad, enfermedades o trastornos muy marcados al interior del grupo primario, esto va a depender del ciclo vital de la familia, la intensidad del apego familiar, el nivel de cohesión, el rol del suicida, el mecanismo de muerte elegido por éste; y por supuesto, dependiendo de la capacidad del grupo para enfrentar las crisis y dificultades, así como del uso de los recursos ofrecidos por la red social de apoyo del entorno (p.426).

En un acontecimiento como este, Ibarra (2018) sostiene que los familiares de quien consumó el suicidio ven comprometidos algunos aspectos psicológicos y emocionales que se encuentran involucrados en el proceso de asimilación de la muerte y que se manifiestan en las dinámicas familiares. Así es como se reconoce que, la persona que concretó el acto pone su esqueleto psicológico en el armario emocional de las personas sobrevivientes, los cuales deben lidiar con sentimientos negativos y pensamientos sobre lo que dejaron de hacer con respecto al evento y su posible participación. Además, Munera (2013) indica que cuando sucede un evento de estos pueden aparecer serias afectaciones tanto para la familia nuclear como para las personas cercanas al fallecido, puesto que el evento trae consigo una carga emocional que puede

tener un impacto psicológico profundo en el que se pueden generar patologías como estrés postraumático, depresiones severas, trastornos de ansiedad, etc.

Ahora bien, Young, et al. (2012) explican que existen diferentes informes en los cuales se manifiesta que de un 10% a un 20% de las personas que son sobrevivientes de suicidio se encuentran en mayor riesgo de desarrollar una aflicción complicada, la cual está ligada a aspectos físicos y psicológicos deficientes debido a que la mayoría de las personas que presentan este tipo de aflicción presentan problemas en sus funcionamientos diarios, familiares, sociales y ocupacionales. También, han existido estudios con respecto a la incidencia de suicidio en los descendientes de la persona que se suicidó y se ha hallado que existe siete veces más de probabilidades de efectuar otro suicidio, especialmente en los familiares directos de la persona fallecida (Morer, Alonso y Oblanco, 2017).

Según lo propuesto por los distintos autores el suicidio es una muerte que conlleva distintas implicaciones en las personas cercanas a quién concreto el mismo, dichas consecuencias en ocasiones son a nivel individual, no obstante, están relacionadas con las familias debido a que lo personal repercute a nivel grupal, lo cual afecta directamente a los familiares sobrevivientes como sistema. Al considerarse la familia como la unidad social primaria de todo ser humano, es crucial que se puedan adaptar a la situación vivida, aunque cabe rescatar que esto depende de la estructura familiar. Así pues, el suicidio posee un gran impacto, puesto que se trata de un acto inesperado y doloroso debido a que afecta la realidad de las familias porque se enfrentan a una decisión propia y autodestructiva de una persona cercana.

2.2.3. Proceso de duelo familiar

Dentro de este estudio el tema del duelo fue fundamental para la comprensión del proceso que atraviesan las familias que han vivido un suicidio. Por ello fue necesario extender una breve, pero clara explicación sobre este concepto para entender a grandes rasgos aspectos específicos de esta situación. De modo que, Astudillo, et al. (2007) entienden el duelo como el estado psicológico en el que se encuentra la persona que ha sufrido un fallecimiento, el cual marca el final de un proceso en el que se da una respuesta a una pérdida o separación, puesto que, es visto como una reacción normal y natural ante el dolor que nos produce la ausencia de la persona fallecida.

Elaborar el duelo es una experiencia ambivalente porque significa ponerse en contacto con el vacío que ha dejado la pérdida, darle valor, soportar el sufrimiento y frustración que esto implica. Así pues, hace que el ser humano toque fondo en lo más profundo y emerja a la realidad de la vida desde el dolor, adaptándose a la pérdida y volviendo a vivir de manera sana en un mundo nuevo en el que el fallecido nunca más estará. Además de concretar adecuadamente el proceso, se aprovecha este sufrimiento y dolor para que la persona pueda fortalecerse psíquica y espiritualmente (Astudillo, et al. 2007).

Ahora bien, Pérez (1999) aclara que el duelo es un proceso de transición que confirma el final de la vida y a la vez la continuación de ella, que implica un conjunto de reacciones emocionales, físicas, cognitivas y espirituales que cada persona experimenta de un modo peculiar con un ritmo y una intensidad personal. Esto debido a que el proceso de duelo no es universal, generalizable, uniforme, homogéneo, gradual ni lineal y supone avances, retrocesos y fases entremezcladas. Entonces, Pérez (1999); y Cabodevilla (2007) sostienen que dicho proceso posee diferentes matices, expresiones, ritos y comprensiones desde las variables socioculturales. Por ello, Astudillo, et al. (2007) enfatizan que no todas las muertes son iguales, ya que, la situación de pérdida y el modo en que sucede repercute y condiciona las reacciones de los sobrevivientes, esto va de mayor a menor aceptación según la causa de muerte. Estos mismos autores agregan que en un duelo pueden presentarse síntomas somáticos (insomnio, síntomas hipocondríacos, pérdida de apetito) y psicológicos (especialmente dolor y pena). No obstante, existen muchas probabilidades de agravar un duelo, si este se hace de forma incompleta o mal elaborado, por lo que las personas necesitarán de ayuda psicológica.

El proceso de duelo fue estudiado inicialmente por Lindenman, 1944; Engel, 1964; y Kubler-Ross, 1969; desde una perspectiva individual, según Astudillo, et al. (2007) quienes destacan que dentro del duelo se produce un proceso familiar que lo circunda, el cual ocurre en sus interrelaciones y con un importante trasfondo social.

Puesto que, Garcíandia (2013) postula que la familia tiene un tiempo y un espacio, con una fibra de continuidad dentro del sistema y sus partes, con una estructura y organización, que se ven modificados cuando sucede una muerte dentro del sistema. Por lo que, en la elaboración del duelo familiar ocurre un gasto de energía física y emocional que con el transcurrir del tiempo se dan distintas modificaciones personales y familiares con las que se afectan

mutuamente, específicamente en las respuestas emocionales, sin dejar de lado la ausencia de la persona (Santos, Yáñez y Al-Adib, 2015).

Ahora bien, para entender la verdadera naturaleza del dolor en las familias Gilbert (1996) plantea que se necesita reconocer que tanto factores individuales como los relacionales están interviniendo y probablemente se den de manera simultánea. Así, explica que el dolor en la familia realmente reside en la interacción de los miembros afligidos de la familia en el contexto social y relacional de ella, donde todos los miembros se afectan entre sí. Sin embargo, afirma que el sufrimiento o la percepción compartida de la experiencia de la muerte es más significativa según la naturaleza de la relación que compartió con la persona fallecida.

Desde un punto de vista Sistémico, como bien se mencionó desde Pereira (2002) la amenaza o la pérdida de cualquier integrante, es una de las complicaciones más significativas que deba atravesar un sistema, en la que, si tiene suficientes recursos, responderá con un cambio adaptativo, pero, si no los tiene dicha agrupación puede desaparecer. Según Parkes (1998) el duelo es una transición psicosocial donde hay cambios vitales que requieren que las personas revisen profundamente su concepción del mundo, con efectos duraderos que llevan consigo la necesidad de alteraciones permanentes de una cantidad masiva de reglas, hábitos, rituales, premisas y construcciones de la realidad. García (2012) alude que, estas transformaciones pueden servir de fortaleza para la unión, cuando todos los integrantes constituyan el dolor como parte de su recuerdo, resignificando así su pérdida.

El proceso de duelo según Ibarra (2018) “es un proceso reparador que en ocasiones falla en su función de restablecer la estructura, organización y homeostasis familiar de aquellos que permanecen con vida” (p.1). Pero al surgir una crisis por la muerte de un miembro de la familia, la unidad psíquica de ese colectivo se rompe, perdiendo parte de la estructura del sistema y su homeostasis. Este mismo autor sostiene que la corporalidad de quien falleció y lo que esa corporalidad representaba se desvanece y extingue; de forma que con la muerte se genera pérdida de las relaciones, vínculos, nexos, las conexiones, pautas y patrones en los que el fallecido participaba, o sea: la organización del sistema.

Entonces, Turmo (2018); y Pereira y Vanotti (2011) aluden que como en cualquier crisis familiar, este proceso estará influenciado por las emociones de todos los miembros del sistema y la relación entre ellos. De ahí que entiendan la pérdida en el duelo familiar como una crisis que afecta la homeostasis del sistema que debe negarse para permanecer en el estado en que la

familia se encontraba estable. Así, estos autores aclaran que el objetivo del duelo familiar es fundar las bases de un nuevo sistema familiar que aparece del anterior, pero que será distinto, esto para formar una nueva organización donde solo se encontrarán los miembros vivos de la familia. En otras palabras, Turmo (2018) destaca que la muerte de uno de los integrantes del sistema afectará de manera irremediable a la familia, pero su evolución realmente no será nunca recuperar la armonía del sistema perdido, ya que, inevitablemente el miembro ha desaparecido y los familiares que quedan formaran una nueva organización, por lo que, la anterior estructura muere con la persona fallecida. Igualmente, Pérez (1999) reconoce que la manera en que esté viviendo su proceso cada miembro de la familia de manera individual, va a favorecer o entorpecer su reorganización, y aspectos como la estructura familiar, los roles ejercidos por el fallecido dentro de la familia, la calidad de la comunicación y del apoyo entre sí, y van a ayudar u obstaculizar el desarrollo del duelo.

Por lo tanto, cuando se da el proceso de duelo en las familias que han sufrido una pérdida, se presentan una serie de necesidades de cambio propuestas por Pereira (2002); y Morer, Alonso y Oblanco (2017) las cuales son:

- Reorganización de los sistemas comunicacionales: Cada persona perteneciente a un sistema familiar adopta un papel diferente en cuanto a la transmisión de información, tanto dentro del sistema como con el exterior. De modo que cuando una persona fallece en ese sistema desaparece ese canal de comunicación, dando como resultado la necesidad de establecer nuevos canales de comunicación. Este proceso se dificultará dependiendo de las habilidades y experiencia con las que cuente la familia, además de la importancia del fallecido en cuanto a la comunicación y la brusquedad con que se dé la muerte.
- Reorganización de reglas de funcionamiento del sistema: La flexibilidad de la familia permitirá que sea funcional y viable, así pues cuando se presenten crisis tanto a nivel intra como extra familiar, el sistema podrá realizar cambios en las reglas de funcionamiento de la misma, este es un proceso largo y paulatino, además será complicado debido a que el contexto en el que se darán los cambios probablemente sea difícil emocionalmente, pero también dependerá de varios elementos: número de reglas que se deban cambiar y brusquedad con la que se dé la muerte.
- Redistribución de roles: Todos los integrantes de un sistema familiar ya sea de manera voluntaria o involuntaria asumen uno o varios roles dentro del sistema, dichos roles se

encuentran ligados a las reglas familiares y a los patrones comunicacionales. La distribución de estos roles es una tarea por sí misma compleja, que trae consigo conflictos en la familia, por lo tanto, se puede suponer que la asignación de la nueva distribución de los nuevos roles debido a la pérdida del miembro familiar, puede traer consigo conflictos. Entre mayor centralidad del rol que asumía la persona fallecida, mayor será el desequilibrio familiar que se produzca.

- Adaptación de una nueva realidad en que el fallecido(a) está ausente: Esta adaptación dependerá de estos tres factores antes mencionados, por lo que, la funcionalidad del nuevo sistema familiar deberá ser flexible para adaptarse a los cambios, porque en una familia rígida homeostáticamente será más difícil la adaptación a la nueva realidad.

Estos cambios anteriormente planteados se van presentando a lo largo de las diferentes etapas de duelo familiar, ya que, la familia como grupo primario sufre la pérdida de uno de sus miembros como la entidad no estática que es Pérez (1999); Pereira (2002); y García (2012) plantean dichas etapas de la siguiente manera:

1. Aceptación familiar de la pérdida.

Implica un enfrentamiento con la mortalidad propia y con el hecho de que el miembro de la familia no va a volver, ya que se ha marchado. Es elemental que en la familia se consolide la realidad de la muerte de la persona y que esta sea precisa y clara, ya que, si no se realiza no se logrará dominar e independizar el evento de la vida familiar, y por ende no se recuperará la estabilidad.

En esta etapa los rituales como: la vela del difunto, el entierro, las visitas de la familia y los amigos, tienen un papel indispensable, ya que, la muerte va a ser de conocimiento público y esto va a facilitar su aceptación, además de crear un contexto idóneo para la expresión de las emociones.

2. Experiencia compartida de las emociones y el dolor.

El dolor por la pérdida puede ser físico, emocional y conductual, los cuales se encuentran asociados al evento vivido. En este proceso se debe compartir, admitir y expresar la amplia gama de sentimientos que afloran con el suceso, situación que debe ser contenida en el ámbito familiar. Sin embargo, algunas veces esto es muy difícil ya que implica que cada integrante de la familia pueda presentar distintos sentimientos o intensidades de los mismos

con respecto a los demás miembros. Siendo primordial favorecer la experiencia compartida de los sentimientos, para que exista una reorganización adecuada, pues como Pérez (1999) plantea “la situación de mayor peligro para una resolución adaptativa del duelo dentro del ámbito familiar es la represión de la emoción y el aislamiento” (p.284).

Para favorecer esta experiencia compartida y que se logre dar una aceptación de que el otro se encuentra en diferente fase emocional, requiere de una gran tolerancia y flexibilidad, porque conlleva aceptar y comprender de forma mutua la expresión de sentimientos complejos.

Esta evolución del sistema va a depender de sus límites, estructura y del estilo de respuesta familiar. Por ello los duelos en las familias se entienden de la siguiente manera:

- Duelo familiar adaptativo (Familia con límites flexibles): En el sistema familiar se toleran las emociones tanto positivas como negativas producto de la pérdida. Existe intimidad entre sus integrantes, además se comparte el malestar, consuelo y cuidados mutuos. Los roles presentes en estas familias son flexibles, según las necesidades y tiempos de cada uno de los miembros del grupo familiar.
- Duelo familiar desadaptativo (Familia con límites rígidos): La respuesta de estas familias son evitativas, se mantiene en silencio todo lo relacionado con el fallecimiento; además, dentro de la familia se evitan las relaciones íntimas para huir del malestar. En este tipo de familias se promueve el “secreto familiar” sobre todo en muertes como el suicidio. Por lo tanto, se dan dos tipos de modelo de respuesta:
 - Modelo de respuesta familiar inflexible: Se dará una persistencia porque todo sea como antes, o sea los roles se mantendrán rígidos, sin acceder a que nadie tome el papel del fallecido en el grupo.
 - Modelo de respuesta familiar distorsionado: Se idealiza al fallecido, por lo que no se permitirán los sentimientos ambivalentes hacia él o ella y se conservarán las posesiones intactas (cronificación del duelo). La culpa será la respuesta predominante familiar.
- Duelo familiar desadaptativo (Familia con límites porosos): Existe una dificultad para tolerar las diferencias, es decir, todos los miembros de la familia deben sentir lo mismo y con la misma intensidad. Las situaciones complejas se dan cuando se presentan dificultades para contener las emociones del otro, lo que puede implicar inundarse emocionalmente con facilidad. Se presenta un tipo de modelo de respuesta, tal como:

- Modelo amplificado de respuesta familiar: Se puede dar mediante diferentes formas como: la ruptura familiar luego de sucedido el evento (divorcio), duelos incompletos previos (los cuales podrán ser revividos transgeneracionalmente), ampliando el duelo actual, prolongación del duelo por medio de la dependencia del “fantasma”, o con el recuerdo de una tragedia que nunca debe ser olvidada.

3. *Reorganización del sistema familiar.*

Los ciclos vitales por los que pasan las familias se dividen en distintas fases, cada una de estas tienen sus propias características y carga dramática; generando así, variables que pueden complicar o generar dificultades para la elaboración del duelo. La reorganización que se debe dar en el sistema familiar va a depender de este ciclo vital en el que se encuentre la familia.

En el proceso de reorganización familiar es indispensable redefinir los canales comunicacionales y los roles familiares, de modo que es un proceso delicado que afecta a la estructura familiar. Así que este sistema debe adoptar una conducta defensiva que le permita sobrellevar el proceso con el menor desgaste posible.

Entonces, para que se dé la reorganización los sobrevivientes luego de la pérdida deben adaptarse a un nuevo medio, esto va a tener un significado diferente dependiendo de la persona y de cómo era la relación con el fallecido y los roles que éste ejecutaba. En el reparto de dichos roles, se debe asumir el papel de la persona fallecida pero no la identidad.

4. *Reafirmación del sentimiento de pertenencia al nuevo sistema familiar que emerge del antiguo y aceptación del comienzo de una nueva etapa familiar.*

En esta etapa se da una aceptación definitiva de la pérdida del miembro familiar, a la cual se añaden dificultades propias del dolor que causa esta renuncia. En esta fase también se da una aceptación de la nueva estructura producto de la antigua, pero con una organización diferente, ya que, se han formado nuevos canales de comunicación y otros miembros juegan los papeles que le correspondían a la persona que ya no está.

Así pues, como la reorganización interna cambia también debe darse el mismo proceso con el medio externo, esta fase se da cuando la familia se siente con suficiente estabilidad para empezar a abrirse al exterior y poco a poco ir rompiendo el encasillamiento producto de la

pérdida vivida. Por lo tanto, en el proceso de aceptación las personas que conforman la familia se interesan por otras relaciones y proyectos vitales, estableciendo nuevos vínculos y compromisos según la nueva etapa de ciclo vital en la que se hallen.

No obstante, con este proceso no significa que la familia se olvide de la persona fallecida, sino que se le restituye emocionalmente de forma adecuada, debido a que este miembro siempre formará parte de la historia familiar, pero deja de tener influencia directa en el funcionamiento de ésta. En muchas ocasiones el punto de cambio es marcado por el restablecimiento de acciones “antiguas” que traen un significado de un nuevo comienzo familiar y las cuales son aceptadas por todos los miembros de la familia.

2.2.4. Duelo familiar por suicidio, sus emociones y el estigma social

Es indispensable reconocer que, el duelo familiar frente al suicidio es uno de los procesos más dolorosos y complicados de afrontar, máxime por el carácter inesperado de la pérdida y el tipo de muerte. Además, en el duelo familiar se presentan dinámicas de resolución donde es notable la relación recíproca existente entre el proceso grupal y el duelo individual (Gómez, 2017).

En la opinión de Astudillo, et al. (2007) nunca se está preparado del todo para la muerte, especialmente con el suicidio, esto debido a que nos cuesta mucho más aceptar lo que está fuera de la lógica, como aquellas muertes que consideramos injustas o prematuras. De modo que, el tipo de muerte y cómo se interpreta va a influir de gran manera en este proceso, como, por ejemplo, si la persona fallecida es considerada con o sin culpa, ya que, si se piensa que es culpable de cierto modo, puede tener un impacto directo y duradero en los patrones de la familia (Moos, 1995).

En una pérdida por suicidio se presentan una serie de reacciones por parte de los familiares de la persona suicida, puesto que, generan una elevada aflicción al darse un duelo con una mayor prolongación y de manera muy dolorosa. Así, este evento puede ser vivido como una agresión debido a que no solamente la pérdida por sí misma genera dolor, sino también tomar conciencia de que este dolor fue provocado por la persona estimada (Darío, 4 de agosto de 2017).

Por este motivo, a los familiares de la persona difunta se les presentarán algunos desafíos que pueden ser de difícil afrontamiento con respecto a las emociones complicadas de

asimilar que se presentan y que serán necesarias aceptar. También se deberá hacer comprensible aquello que los miembros sienten como incomprensible, para dar lugar a una responsabilidad propia a quién decidió adelantar su muerte sin que el familiar se adjudique culpas que no corresponden y que tampoco ayudan a elaborar este dolor (Builes, et al. 2014).

Por lo que la muerte inesperada deja a los dolientes con sentimientos de pérdida de control y de desconfianza en el mundo en el que habían confiado, asimismo, las reacciones emocionales son más prolongadas, fuertes, intensas y omnipresentes, ya que, no hubo tiempo para anticipar el suceso. Algunas de esas reacciones presentes en este tipo de duelo pueden ser diferentes respuestas emocionales, en las que presenta incógnitas sin respuesta, estados de shock e incertidumbre, aislamiento social y sentido de culpa al conocer lo sucedido (García, 2012; Gómez, 2017; Ancinas, 2011; Astudillo, et al. 2007; y Morer, Alonso y Oblanco, 2017).

Como resultado del duelo familiar por suicidio, Gómez (2017) y Pérez y Sebazco (2000) indican que como fue explicado anteriormente, al generarse una reconstrucción de los roles familiares en los dolientes y una adaptación a nuevas funciones, las familias al sufrir la muerte de unos de sus miembros comienza un período de crisis para adaptarse a los nuevos cambios, comunicación y roles, sumergiéndose en un sistema defensivo en el que se intenta recuperar el papel perdido y superar el conflicto que llegan a tener con quien atentó contra su vida que coloca a los dolientes en una vulnerabilidad grupal. Así pues, la reconstrucción familiar es posible cuando cada miembro reconoce, identifica, sustituye y reorganiza ese papel conflictivo de quien concretó el acto y de la dinámica familiar, para que sea posible restablecer la posición negativa que se le puede adjudicar a quien se suicida (Gómez, 2017).

Por ello, durante este período es que se podría presentar un mecanismo de reagrupamiento o integración familiar que tendría como objetivo reforzar las relaciones internas a través de la expresión de sentimientos y emociones. De este modo, es posible mantener o restablecer la dinámica fundada antes de la muerte y al mismo tiempo se protege a la familia del juicio negativo que se hace a sí misma y el entorno por el evento vivido. Pero, algunos dolientes tienden a aislarse o separarse del grupo familiar con la intención de evitar que recaiga sobre ellos la culpa que comúnmente se atribuyen en estos casos (Gómez, 2017).

En este proceso de duelo por suicidio los dolientes presentan emociones que afloran desde el momento en que la familia se entera del suicidio y por ello Hochschild (1985) considera valioso saber que las emociones siempre comunican información, dado que, a partir de ellas se

descubren los puntos de vistas de las personas y de nosotros mismos sobre el mundo. Las emociones tienen un papel fundamental, debido a que, siempre están presentes de manera implícita en los mensajes y provocan distorsiones o interpretaciones, trayendo como resultado malentendidos o problemas en las relaciones entre los integrantes de las familias (Medina 2018).

Por su parte, Rodríguez y Kerr (2011) plantean que las familias tienen un funcionamiento como una unidad emocional. Es decir, en las familias se da un clima emocional, el cual desde el punto de vista de Linares (2012) “es el resultado de una negociación, mayoritariamente implícita, sobre los estados afectivos que se pueden compartir. De modo que las familias, en su infinita diversidad, pueden aceptar compartir todo tipo de emociones, o restringir las que se toleran, ya sea en general, ya sea en determinadas circunstancias” (p.63). Por lo tanto, es indispensable comprender que las familias se movilizan bajo el llamado “clima emocional”, en el cual se toleran o no ciertas emociones por parte de los integrantes del sistema con lo que se comienzan a establecer pautas en las dinámicas que llegan a beneficiar o afectar a la familia.

Dicho clima emocional influye en el proceso de duelo donde surgen muchos sentimientos complejos de verbalizar en el cual según Jordan (2008) y Benítez (2017) se puede desencadenar un tsunami de emociones y aparecer síntomas como: trauma, ira hacia la persona fallecida y otros miembros de la familia, sentimientos de responsabilidad por la muerte, vergüenza, culpa intensa, necesidad obsesiva de explicar el porqué de la muerte, sensación de rechazo, cambios en las relaciones familiares, ansiedad y depresión. Con esto se reconoce que estas situaciones específicas lo convierten en un duelo complejo de afrontar dentro de la familia, ya que, genera emociones y con ellas pensamientos nocivos para la salud de las personas por interferir en sus actividades cotidianas y experiencias con su sistema familiar. Con base en Young, et al. (2012) este proceso puede conllevar a un mayor riesgo de ideación y comportamiento suicida, los cuales se pueden tornar en aflicciones pesadas para sí mismos y sus propias familias.

Gómez (2017) sostiene que, la ira y el vacío que se presentan es debido al desconocimiento de las razones o motivos que impulsaron a la persona a quitarse la vida. Al principio, cuando surge el evento la ira tiende a expandirse en los miembros del sistema familiar, ya que, suelen culpabilizarse entre sí de haber provocado o evitado la muerte de la

persona, envolviendo a todas las personas dolientes, pues se culpan a sí mismos de no haber atendido las exigencias de la persona que consumó el evento. No obstante, conforme transcurre el tiempo este sentimiento se puede intensificar y desplazar hacia la persona que se suicidó como un resentimiento, esto podría provocar que el grupo familiar llegue a sentirse abandonado, rechazado y también traicionado por la persona que se suicidó. Por ello, Ancinas (2001) indica que, en las familias que ha ocurrido un suicidio se produce una búsqueda extensa para explicar la tragedia y los por qué; pero, algunos miembros de la familia tras algún tiempo logran aceptar que nunca sabrán las respuestas a esas preguntas. En medio de la búsqueda, cada miembro puede brindar una explicación o hipótesis diferente sobre los elementos desencadenantes o el culpable, y como causa de esto se pueden generar conflictos dentro de la familia. Un elemento particular que se encuentra en común en estas familias es la interrogante: “¿Podría haberse evitado?”.

Además de la ira, Garciandía (2013); y Astudillo, et al. (2007) proponen tres sentimientos que mayormente están presentes después de un evento suicida:

1. *Vergüenza*: Es uno de los mayores factores de afectación en las familias, más si se piensa al suicidio como un problema moral pecaminoso (desde una perspectiva religiosa). Por ello pueden imaginar que las demás personas los vean como una familia de locos, que alguno de ellos(as) puedan consumir un suicidio, que les dejen de hablar, que no merecen compasión, o que son los responsables del acto concretado por el miembro de la familia, sintiendo que son portadores de una “semilla de muerte”.

2. *Culpa*: Algunas personas viven con una gran carga emocional, con un sentimiento punzante sobre lo que pudieron o debieron hacer para evitar la muerte. En algunas ocasiones se presenta dicho sentimiento, por no haber logrado hacer a la persona fallecida feliz en vida. Esta culpa se presenta cuando el individuo se cuestiona que hizo o dejó de hacer para que sucedieran los hechos. Además, se intensifica si algún miembro de la familia tuvo algún conflicto con la persona que falleció.

3. *Temor*: Las personas pueden empezar a sentirse víctimas de sus propios impulsos de destrucción. Cuando se habla de padres, madres o hermanos(as) de la persona que concretó el acto, muchas veces pueden sentir que tienen un lazo con el suicidio y llegar a creer que existe una predisposición genética, teniendo un sentimiento de que el destino para ellos o algún otro miembro de la familia será morir por suicidio.

Estos sentimientos presentes en los sobrevivientes no permiten que las personas puedan tener pensamientos claros sobre la situación que están atravesando como familia y tampoco que puedan ver la situación como un accidente o algo natural. Dichos pensamientos distorsionados pueden generar “novelas familiares” sobre lo que ha ocurrido, ocultando lo sucedido a generaciones venideras y tornándose en un secreto familiar. Es decir, genera un encapsulamiento de los sentimientos los cuales serán sostenidos por medio de la negatividad, aislamiento, la auto estigmatización y victimización familiares; los cuales se presentan como duelos encapsulados que en un futuro se pueden volver como algún tipo de sintomatología aparentemente inexplicable e inesperada (Garciandía, 2013).

Por otro lado, no se puede negar que, la expresión de las emociones muchas veces se encuentra restringida por varios factores, pues, como se planteó anteriormente, el clima emocional influye en el proceso de duelo y las personas en algunas ocasiones no pueden tener una libre expresión de lo que sienten dentro de sus familias, debido a que los sistemas presentan una restricción en la expresividad o por el juicio social que hay alrededor del suicidio en el que las personas sobrevivientes se ven sometidas cuando sufren una pérdida por este tipo de muerte. En distintas culturas el suicidio se ha comprendido como una de las atrocidades en las que se han visto inmersas las familias, tema que se ha visto como un tabú. Sin embargo, en la actualidad este tipo de muerte es cada vez mayor y sobre el cual aún giran diferentes estigmas sociales que recaen sobre los más cercanos a la persona difunta. Cvinar, (2005, citada en Brosnan, 2013) expresan que esta muerte ha sido frecuente desde los primeros tiempos documentados de la historia. En la Edad Media, a los sobrevivientes se les negaron los cuerpos de los fallecidos junto al entierro en los cementerios de la iglesia, porque eran mutilados para evitar la liberación de espíritus errantes. Las familias a menudo eran condenadas al ostracismo y no recibían ningún apoyo financiero o emocional de la comunidad. Afortunadamente, se produjo un cambio durante el siglo XIX cuando comenzó un esfuerzo para evitar el aislamiento de la familia de la sociedad, pero fue hasta el siglo XX cuando el suicidio finalmente comenzó a ser visto a través del lente de las preocupaciones físicas, psicológicas y sociales.

Por lo que, Builes, et al. (2014); y Morer, Alonso y Oblanco (2017) manifiestan que el estigma social complejiza la difícil realidad provocada por esta muerte en una familia y en ocasiones tienden a ocultarlo siendo esto otra forma de mantenerlo como un secreto familiar de gran peso, convirtiendo el duelo en uno privado de derechos y socialmente marginado, ocasionado por las culturas que los estigmatiza socialmente y eso propicia que los familiares

de quién murió por suicidio se avergüencen de sí mismos. Cabe mencionar que, Doka postula en una antología, la cual escribió en el 2002, que las circunstancias de muerte son un motivo para que un duelo pueda quedar privado de derechos, en esta clasificación incluye al suicidio, en el que en algunas ocasiones se inhibe la petición de apoyo que las personas cercanas puedan ofrecerle a los sobrevivientes debido a la manera que en algunas ocasiones este tipo de muerte es percibida (Attig, 2004).

Otro de los estigmas sociales que se les adjudica a las familias a causa de este suceso, de acuerdo con Wroblewski (1985) es la existencia de dos mitos sólidamente contruidos: 1) las personas “buenas” no se suicidan y 2) el suicidio no es un evento que suceda en las familias “buenas”. Este tipo de mitos traen consigo una carga mayor al sistema familiar, además del peso ya presente por la muerte. De tal forma, a los familiares de la persona que completó este acto se les juzga socialmente de manera negativa. Por lo que, como consecuencia de dichas críticas, estas familias son más reacias a buscar ayuda profesional con respecto a los familiares de otros tipos de pérdidas (Jordan, 2001; y Cvinar, 2005, citada en Antón, 2019).

En resumen, para comprender el proceso de duelo por suicidio ha sido indispensable captar lo que significa una familia, los componentes y las funciones dadas en ella, factores esenciales para el abordaje de una situación que impacta su clima emocional, estructura, etapa de desarrollo y capacidad de adaptabilidad a dicha crisis. Igualmente, la acomodación que se produce en la familia se ve influenciada por el sistema de límites con el que se rijan, que se van estableciendo con la historia familiar donde la identidad individual y familiar se enlazan. Así, una situación inesperada como lo es el suicidio impacta al sistema en todos estos elementos, causando malestar por los complejos cambios a los que se ven obligados a responder con las herramientas que dispongan para sobrevivir.

De este modo, las familias se enfrentan con pérdidas que implican duelos donde las afectaciones individuales se ven en interacción con las del sistema simultáneamente. Cabe mencionar que, la elaboración de este proceso es ambivalente, puesto que, la pérdida de un miembro familiar es la mayor crisis que experimenta un sistema que trae un desequilibrio en el mismo, implicando así una reorganización en los sistemas comunicacionales, de funcionamiento, roles y reglas, los cuales deben dar pie a una adaptación a una nueva realidad donde el fallecido no existe. Por ello, en el duelo pueden darse dos respuestas de forma adaptativa o desadaptativa según la estructura y particularmente los límites con los que funcione

la familia. Por consiguiente, el proceso de duelo por suicidio es de los más dolorosos y complicados de resolver, a causa del periodo de crisis en el que se encuentran, especialmente por las reacciones prologadas, fuertes e intensas que se dan a nivel emocional, psicológico, cognitivo y espiritual en los (as) integrantes, repercutiendo a nivel familiar.

Por su parte, ha sido fundamental entender que para que se dé una elaboración del proceso de duelo, los sistemas deben utilizar mecanismos de reagrupamiento e integración familiar para recuperar la homeostasis que tenían, pero, que ahora implica la aceptación de la pérdida y el restablecimiento de la posición negativa que se le otorgó al suicidio en el momento de la muerte. Encima, a todo este entramado complejo por el que deben atravesar las familias se le agregan los juicios sociales establecidos alrededor de este delicado hecho al ser visto como un tabú, circunstancia que fortalece los sentimientos de culpa, dolor, vergüenza y temor, a nivel individual y grupal. Dichos sentimientos no permiten clarificar los pensamientos que se presentan, los cuales restringen la expresión de los mismos en los integrantes tanto fuera como dentro del sistema, dando cabida a los secretos familiares en la historia familiar y que fortalecen los mitos consolidados que complejizan el avance en el proceso

Capítulo III: Metodología

Para llevar a cabo los objetivos planteados y dar respuesta a la pregunta de investigación, se desarrolló una metodología que permitió tener un adecuado acercamiento a la población meta con la finalidad de comprender el proceso de duelo por suicidio dentro del entorno familiar. Por lo tanto, a partir de la teoría y los antecedentes, se describió y justificó en este apartado el enfoque, diseño y los métodos utilizados.

3.1. Descripción del enfoque y diseño de investigación

El estudio surgió a partir de una revisión bibliográfica sobre el tema y una identificación del problema, del cual se planteó una metodología para analizar el proceso de duelo familiar por suicidio que han experimentado cuatro familias de la GAM. Por lo tanto, esta investigación posee un enfoque cualitativo que según Taylor y Bogdan (1987) busca elaborar datos descriptivos desde las propias palabras de las personas ya sean de manera escrita o hablada y de la conducta observable.

El diseño que se utilizó fue el hermenéutico, en el que, Fuentes (2002) y Ruedas, Ríos y Nieves (2008) señalan que su base está constituida por las realidades múltiples que dependen de las construcciones individuales y compartidas. Es decir, desde este diseño, se abordó la interpretación de las intenciones humanas tanto a nivel individual como colectivo, considerando la historicidad de los(as) participantes. Cabe rescatar que, como dice Sánchez (2001) cuando hablamos de interpretación, en realidad nos referimos al análisis de datos que se debió realizar en la investigación

Arráez, Calles y Moreno (2006) explican que la hermenéutica enfatiza en la reflexión e intuición para describir y aclarar la experiencia tal y como es vivida, así como trata de incluir el contenido y dinámica de la persona estudiada y sus implicaciones, intentando construir una interpretación congruente del todo, donde el investigador instaura un diálogo con dicha experiencia narrada que implica gran cantidad de connotaciones, puntos de vista y concepciones dadas en ese momento específico. Así, este enfoque permitió a las investigadoras interpelar, conversar, argumentar, preguntar, contestar y refutar, interpretando de forma teórica el discurso dado por los(as) participantes desde sus gestualidades, corporalidades y yendo más allá del mensaje manifiesto.

Por lo tanto, la esencia de la hermenéutica es obtener el sentido de lo vivido y escuchar la verdad de la persona, lo cual, involucra también mantener los posibles sentidos del mensaje por el manejo personalizado del mismo, con lo que, se reduce el riesgo de parcializaciones (Ruedas, Ríos y Nieves, 2008).

La investigación hermenéutica desde el punto de vista de Sánchez (2001) tiene dos etapas principales, las cuales son:

- A. Instauración de un conjunto de experiencias para interpretarlas.
- B. Interpretación de las experiencias.

Ambas etapas hermenéuticas antes mencionadas están compuestas por dos niveles: la primera en uno empírico y la segunda en uno interpretativo. Por consiguiente, los pasos más relevantes de este tipo de investigación desde el punto de vista de Ruedas, Ríos y Nieves (2008) fueron:

- Identificación de un problema.
- Etapa empírica que comprende la identificación de experiencias relevantes y su respectiva validación.
- Etapa interpretativa en la que se busca las pautas en las experiencias.

Por otra parte, la unidad de análisis escogida fue la familia, García, Grau e Infante (2013) explican que el sistema familiar debe entenderse como un marco de referencia y pertenencia para los individuos, de manera que, al suceder cualquier transformación en algún miembro del sistema éste presenta cambios, existiendo una dialéctica entre estas dos unidades individual y familiar, así lo que suceda en cada una de ellas pueden influir mutuamente. Por lo cual, se decidió analizar el duelo por suicidio desde una perspectiva familiar porque permitió tener una integralidad de lo que sucede en las personas cuando viven un proceso de este tipo.

De tal forma, Fuentes (2002) y Ruedas, Ríos y Nieves (2008) aclaran que dentro del análisis hermenéutico es crucial incluir las construcciones colectivas de las distintas realidades experimentadas por las personas participantes, las cuales están presentes en grupos como la familia. Anudado a esto, Espinal, Gimeno y González (2006) plantean que, el análisis de las familias debe realizarse desde una óptica grupal construida con base en las distintas perspectivas de los miembros familiares, de manera que se buscó centrarse en la experiencia sobre el proceso de duelo de las familias, con su propia identidad con un entramado complejo y amplio de distintas relaciones.

En conclusión, el enfoque se consideró el más adecuado porque se pretendió analizar el proceso de duelo experimentado por cuatro familias de la GAM en Costa Rica que han perdido a un miembro del núcleo familiar por suicidio desde una perspectiva de Psicología Sistémica. Análisis que se llevó a cabo con un enfoque hermenéutico que permitió obtener la información de la vivencia relatada por quienes atravesaron el proceso en la cual brindaron una interpretación desde su propia historia familiar junto a sus contenidos y connotaciones del mundo. Es decir, se buscó obtener la interpretación de los hechos propios de los participantes, ya que, como resalta Ruedas, Ríos y Nieves (2008) una postura hermenéutica posibilita conseguir los mensajes y expresiones poco perceptibles de las personas, tal y como desean transmitirlos procurando no involucrar los juicios de valor de las personas investigadoras; todo esto con el fin de construir un análisis congruente y un abordaje apropiado de cada familia.

3.2 Procedimientos para la selección de participantes

En cuanto a la selección de participantes, se trabajó con la “población por oportunidad”, la cual para Hernández, Fernández y Batista (2014) consiste en individuos que se reúnen por algún motivo externo a la investigación que brinda una oportunidad para el enrolamiento. Además, se utilizó la muestra por “participantes voluntarios”, que de acuerdo con Mendieta (2015) este tipo de muestreo se lleva a cabo con invitaciones por parte de las investigadoras

donde se detalla en qué consiste el estudio y a partir de ello si las personas consideran que cumplen con los requisitos aceptan formar parte del mismo.

Siendo así, se buscó la participación de las familias mediante los grupos “Mar y Cielo” y “Mi Nueva Aurora”, los cuales son coordinados por psicólogas, donde en el primero se brinda un espacio de escucha y apoyo a las familias que atraviesan duelos por suicidio, el segundo por su parte, organiza talleres y una Conmemoración del Día Internacional del Sobreviviente de Pérdida por Suicidio, homenaje efectuado cada 23 de noviembre.

Se realizó un proceso de selección en el que se tuvo contacto con once familias que vivieron un suicidio en el núcleo familiar, de estas se escogieron cuatro. Para dicha elección se utilizó el principio de muestreo opinático o intencional, definido por Ñaupas, Valdivia, Palacios y Romero (2018) como el principio que prioriza la intención que tenga la investigación, es decir, al escoger las familias se rigió bajo los diferentes criterios de inclusión y exclusión planteados acorde a los objetivos que se procuró cumplir en esta investigación.

Además, dichas familias participantes debieron cumplir las siguientes características basadas en los criterios de León y Montero (2003):

1. Representatividad: “Los participantes en las investigaciones son representativos si se parecen a los demás individuos de la población objeto de estudio (...) esto permite generalizar la información en los participantes al resto de la población a la que pertenecen” (p.43). Por ello, se consideró que, para comprender el tema en estudio, las familias debían poseer los siguientes elementos en común: pertenecer a la GAM, participar más de dos integrantes de cada una y haber atravesado por un duelo familiar por suicidio de alguno de sus miembros.
2. Idoneidad: “Los participantes son adecuados en relación con la naturaleza de los fenómenos que se van a estudiar” (p.43). Para cumplir con esta característica las familias debieron vivir un duelo por suicidio, ya sean pertenecientes al grupo Mar y Cielo, Mi Nueva Aurora o que no fueran parte de estos grupos pero que hayan atravesado por una muerte de este tipo y desearan participar de esta investigación.
3. Accesibilidad: “Se debe tener en cuenta las limitaciones espaciotemporales de la investigación” (p.44). Debido a que, los grupos con los que se articuló el trabajo se ubican en la provincia de Heredia y San José. Así, esta característica consistió en que fueran familias de la GAM; además, se consideró necesario este requisito por cuestiones de recursos económicos por parte de las investigadoras.

Como bien se planteó, para el trabajo con la población fue necesario el cumplimiento de los siguientes criterios para una mejor selección, estos se dividieron en exclusión e inclusión, individuales y familiares, los cuales se presentan en la siguiente Tabla 1:

Crterios de inclusión y exclusión

| Crterios | Individual | Familiar |
|------------------|---|--|
| Inclusión | <p>1) Tener mínimo diez años de edad, ya que, en las entrevistas semiestructuradas con preguntas circulares y el grupo de discusión se abordaron temas sensibles que pudieron sensibilizar o desestabilizar emocionalmente a las personas. Por esta razón, se consideró que a partir de la etapa que estos niños(as) se encontraban, cuentan con mayores herramientas para el afrontamiento de temas y situaciones sensibles como recordar y hablar sobre el ser querido que concretó el suicidio.</p> <p>2) Pertenecer a una familia que haya atravesado por la pérdida de un miembro del núcleo familiar por suicidio.</p> <p>3) Personas que desearon participar del estudio de manera voluntaria.</p> | <p>1) Familias que hayan atravesado por la muerte de un miembro del núcleo familiar por suicidio, aproximadamente hace dos años o más, este fue un factor importante por la ética que se buscó cumplir. Dicho criterio se basó en el DSM V el cual plantea que el duelo por un fallecimiento tiene aproximadamente esa duración de tiempo. Por lo tanto, se procuró que el evento no fuera tan reciente y así las familias pudieran encontrarse más distanciadas del suceso y un poco más estables emocionalmente.</p> <p>2) Familias pertenecientes a la GAM.</p> <p>3) Familias que formarán el núcleo primario.</p> <p>4) Participación de dos integrantes de la familia como mínimo.</p> |
| Exclusión | <p>1) Tener una adicción a drogas, alcohol u otros psicotrópicos, que no permitieran a la persona que fuera capaz de desenvolverse adecuadamente.</p> <p>2) Estar diagnosticado(a) con algún trastorno psicológico que</p> | <p>1) Familias en cuyo núcleo familiar la mayoría de miembros no se encontraran en el país.</p> <p>2) Familias costarricenses, pero que residieran en el extranjero.</p> <p>3) Familias en las que solamente una persona deseaba participar.</p> |

| | | |
|--|---|--|
| | le impidiera expresarse con claridad. 3) Familiares secundarios. 4) Amigos(as) de la persona fallecida. | |
|--|---|--|

Fuente: Elaboración propia.

3.3. Técnicas de recolección de datos o información

Se planeó realizar tres sesiones con cada familia en un lapso aproximado de dos horas, en las que se examinó las diferentes estructuras y el clima emocional de las familias, la percepción familiar sobre la experiencia de la pérdida y los sentimientos asociados al proceso de duelo y su expresión en las familias. No obstante, en la transcripción de las entrevistas se encontraron algunos vacíos de información que eran importantes de completar para el análisis, es por esto que, fue necesario convocar a las familias a una sesión extra con la cual ellos(as) estuvieron de acuerdo, dicha entrevista tuvo una duración aproximada de una hora.

En estas sesiones se utilizó la entrevista semiestructurada, entendida según Hernández, et al. (2014) como una lista de preguntas en donde las investigadoras poseen la libertad de incluir interrogantes adicionales con las cuales se obtiene mayor información, consistencia y profundidad por parte de las personas con las que se trabaja; por lo tanto, la recolección de información se realizó a partir de tres entrevistas semiestructuradas con cada familia que contenían preguntas circulares, debido a que, se pretendió tener una percepción dinámica sobre el fenómeno. Las preguntas circulares para Guang (2000) son diseñadas para contestar desde los otros, lo que implica abarcar de forma integral las perspectivas, sentimientos y pensamientos; demandando respuestas desde la epistemología del otro. Dicho autor manifiesta que es la estrategia para poner al interlocutor en el lugar del otro y leer la realidad desde allí, con este método de recolección se parte de la premisa de que la vida total de la familia es una interacción, interrelación y circularidad constante. Por ende, algunas de las preguntas que se realizaron fueron de esta naturaleza circular, permitiendo conocer la visión que una persona tenía sobre el otro o la otra con lo que se obtuvo una recolección integral sobre el evento vivido a nivel familiar.

En las entrevistas se efectuó un genograma de cada familia, el cual Minuchin, Lee y Simón (1998) entienden como un instrumento para dar organización a la información recogida, en la participación histórica de las personas pertenecientes a un determinado sistema. Los genogramas se consideran de gran utilidad para recolectar la historia familiar y transferirla a una forma de análisis más sistémica, pues dicha técnica, como señala McGoldrick y Gerson (1985) consiste en la formación de un árbol genealógico con una serie de símbolos que procuran representar los datos y las relaciones de cada miembro de la familia. Del mismo modo, estos autores afirman que este brinda una manera rápida de recabar información sobre los diferentes patrones y estructuras relacionales en los sistemas, favoreciendo la elaboración de hipótesis y

la manera que un problema puede estar enlazado con la historia y el contexto familiar. Se trabajó bajo las siguientes categorías definidas por McGoldrick y Gerson (1985): estructura familiar (roles, relaciones familiares constelaciones fraternas y configuraciones inusuales), repetición de pautas a través de las generaciones (pautas que se pueden transmitir de generación en generación, las mismas se dan en el funcionamiento, las relaciones y la estructura familiar), sucesos de la vida y funcionamiento familiar (interconexión de los sucesos de la vida con los cambios que se dan en el funcionamiento familiar) y pautas vinculares y triángulos (tipos de relaciones en cada familia y los cambios que se dan con el tiempo). Estos puntos abordados se realizaron con tres generaciones de cada familia.

A partir de dicho genograma junto a la información que se obtuvo en las entrevistas sobre las relaciones familiares, se elaboró el mapa relacional. De acuerdo con Montesano (2016) este tiene como función trazar patrones relacionales para crear precisamente un mapa estructural de la familia, construido bajo la experiencia interpersonal de las personas participantes en sus vínculos familiares, facilitando la aproximación representativa sobre cada sistema. Además, la técnica permite una radiografía del marco relacional de la familia en un momento determinado, lo cual posibilita establecer elementos interrelacionales que facilitan una adecuada explicación de los procesos de construcción interpersonal. Por ello, la creación del mapa relacional fue crucial, pues, brindó información esencial para el análisis de la información sobre la forma de vincularse de cada sistema y así se obtuvo una mayor comprensión de la elaboración del duelo. El suicidio es una crisis que implica una variedad de cambios dentro de la familia, entre estos podrían verse implicadas las relaciones e interacciones entre los miembros, debido a la magnitud del impacto que produce el duelo, no obstante, también se encuentra en juego las relaciones existentes antes de la pérdida porque a partir de estas será la forma en que cada familia elabore el duelo. Así, esta técnica junto a la recolección de información permitió que el análisis y la creación de las conclusiones se realizaran de una manera más precisa.

Por último, se enriquecieron los datos obtenidos en las distintas entrevistas con una técnica grupal como lo fue el grupo de discusión, que se llevó a cabo reuniendo a los(as) once integrantes de las familias con las que se trabajó a lo largo del proceso. Esta técnica, según Krueger (1991) brinda información significativa de “acerca de por qué las personas sienten o piensan en la manera en que lo hacen” (p.22). Contiene como elemento indispensable la creación de un ambiente no directivo, sino más bien permisivo; también cuenta con multiplicidad de puntos de vista y opiniones que son influidos mutuamente, respondiendo a los

diferentes comentarios e ideas producto de la conversación, la cual es cuidadosamente diseñada y planeada para recabar información sobre el fenómeno a estudiar.

Un elemento ético fundamental en los espacios de entrevistas y grupo de discusión fue que estos se habilitaron para que todas las personas participantes pudiesen compartir su experiencia de forma segura donde predominó el respeto. La recolección de datos se realizó en un ambiente cotidiano y natural para las personas participantes, esto esencialmente para que se sintieran en un espacio cómodo, agradable y ameno (Hernández, et al. 2014).

Es importante mencionar que, la metodología se planeó para realizarse de forma presencial, pero, por la situación vivida a nivel mundial con la pandemia de la COVID-19 se debió realizar todas las sesiones de manera virtual. Método de trabajo que fue aprobado por el Comité Ético Científico de la Universidad Nacional (CECUNA) y realizado en el mes de marzo del 2021.

3.4 Técnicas para la sistematización y análisis de la información

La elaboración de los instrumentos (entrevistas con genograma y mapa relacional; grupo de discusión) que se utilizaron fueron realizados en función de lo concretado por el equipo de trabajo (las investigadoras y el tutor a cargo), debido a que, se pretendió analizar el proceso de duelo por suicidio que impacta a los sistemas familiares, con lo que se construyeron las categorías de análisis que partieron de los objetivos específicos para conseguir una mejor comprensión de los datos obtenidos, estas se dividieron en las siguientes:

- 1. Estructura y clima emocional familiar:** Se incluyeron las opiniones de las familias en la forma en que están constituidas y su clima emocional independiente del evento vivido para comprender los sistemas comunicacionales, roles y las reglas de funcionamiento del sistema, aspectos que se podrían reorganizar y redistribuir en los momentos de crisis.
- 2. Percepción de las familias sobre la experiencia de la pérdida:** Se abarcaron los relatos construidos por las familias con respecto al proceso de duelo vivido por el suicidio, los elementos que influyeron en cada una para la resolución del mismo y los posibles aprendizajes que se obtuvieron.
- 3. Sentimientos asociados al duelo y su expresión en las familias:** Se abordaron los sentimientos junto a los niveles y formas de expresión de estos en cada sistema que repercutieron en el estancamiento, avance o conclusión del proceso de duelo.

Como se planteó, las categorías anteriormente mencionadas, se realizaron en función de los objetivos específicos, cada una de estas se abordó bajo diferentes técnicas de recolección, como se demuestra en la siguiente Tabla 2:

Tabla 2

Categorías de Análisis

| Objetivo Específico | Categoría de Análisis | Técnicas de recolección |
|---|--|--|
| Conocer las estructuras y el clima emocional de las familias participantes. | Estructura y clima emocional familiar | -Entrevista semiestructurada con preguntas circulares. -Genograma. -Mapa relacional. |
| Estudiar la percepción de las familias participantes sobre la experiencia de la pérdida. | Percepción de las familias sobre la experiencia de la pérdida | -Entrevista semiestructurada con preguntas circulares. |
| Explorar los sentimientos asociados al proceso de duelo y su expresión en las familias participantes. | Sentimientos asociados al duelo y su expresión en las familias | -Entrevista semiestructurada con preguntas circulares. |

Fuente: Elaboración propia.

A partir de los objetivos específicos se creó la teoría con la cual se extrajeron los elementos necesarios para la creación de las categorías, seguidamente se agrupó la información recolectada de cada familia en base a estas y se anudaron a la teoría y al análisis hermenéutico de las investigadoras para desarrollar la triangulación.

Este tipo de análisis utilizado, de acuerdo con Cárcamo (2005) se basa en el paradigma interpretativo comprensivo, lo cual, implica recuperar aspectos del sujeto por encima de aquellos hechos externos a ellos(as). Tal que, este mismo autor plantea que el análisis tiene como eje central el proceso de interpretación, por lo tanto, adquiere las experiencias de las personas participantes, pero no involucra quedarse únicamente con estas, sino que es una interpretación que necesita de la voluntad del sujeto que vivió dicha situación. También, se debe entender que la estrategia para el análisis hermenéutico está en constante apertura, resultado de la constante re-interpretación que se debe mantener; es decir, no implica solamente una referencia meramente de las experiencias, sino que de la interpretación que hace el investigador de la interpretación del autor respecto al fenómeno determinado. En otras palabras, se requiere indagar en el proceso de producción de dichas experiencias, o sea, el diálogo que da lugar a la información recolectada (Cárcamo, 2005).

De modo que, las investigadoras no sólo observaron la parte histórica del sujeto que interpretó una realidad, sino que desde la posición de Cárcamo (2005) supuso un reconocimiento del contexto propio de quienes re-interpretaron la información, para entender el contexto original y volverlo un proceso transparente a partir de las limitantes vivenciales históricas compartidas. Aun así, no se pretendió hacer una referencia para causar un sentido subjetivo, sino, la transparencia explicada a partir del reconocimiento propio del contexto de las investigadoras, lo cual, permitió proceder desde objetivaciones. Esto trae consigo, una posibilidad a una doble interpretación, puesto que el sentido se puede entender desde lo que se quiso decir, precisamente desde la intención envuelta en el discurso (Cárcamo, 2005).

3.5 Procedimientos para el desarrollo de la investigación

Para el abordaje de esta investigación se desarrollaron una serie de fases a lo largo del proceso, las cuales son descritas a continuación:

- 1. Validación de instrumentos:** Esta etapa se elaboró de la forma más objetiva posible con respecto al proceso de duelo que han vivido las familias que sufrieron una pérdida por suicidio en el núcleo familiar, en la que se trató de abarcar los objetivos específicos propuestos. Se realizó una exhaustiva búsqueda sobre investigaciones internacionales y

nacionales sobre el tema que fueron efectuadas previamente, seguidamente se incorporaron al documento aquellas que se apegaban al alcance y línea investigativa que se deseaba conseguir. Posteriormente, se eligió la técnica más adecuada para abordar el tema, con lo que se concluyó que el diseño hermenéutico con un enfoque sistémico podía contemplar aquellos aspectos indispensables para cumplir con los objetivos y responder a la pregunta de investigación. Se eligieron como técnicas las entrevistas semiestructuradas con preguntas circulares en las cuales se incluyó el genograma junto al mapa relacional, los escudos familiar y el grupo de discusión, ya que, a partir de ellas se recabó la información pertinente y necesaria para el análisis deseado, donde se procuró librar a esta de sesgos subjetivos por parte de las investigadoras y así plasmar la vivencia descrita por las familias participantes tal cual fueron compartidas y elaborar el análisis a partir de la teoría. Asimismo, para una mayor validez de los instrumentos se efectuó una revisión de expertos en el tema y en el enfoque del trabajo, para realizar ajustes apropiados y brindar una mayor precisión de las técnicas utilizadas y los cuales validaron los mismos.

2. **Contacto con la población:** Se difundió un afiche que contenía la información general de la investigación y de las investigadoras, el cual fue compartido en los chats de los grupos de WhatsApp de “Mar y Cielo” y “Mi Nueva Aurora”, además de los perfiles de Facebook y los estados de WhatsApp de las investigadoras. De esta forma las familias se pusieron en contacto y se comenzó la selección con base en los criterios de inclusión y exclusión para la elección de las cuatro familias que cumplieran con dichos requisitos.
3. **Procesamiento de la información:** En esta etapa se analizó la información recolectada partiendo de las técnicas elegidas, por lo que, se hizo una transcripción de las entrevistas de cada familia y una lectura general de los datos obtenidos; se rescataron los datos esenciales que permitieron crear los resultados de las familias. A partir de estos se realizó el análisis con base en la teoría propuesta y sistematizando los datos, llegando así a las conclusiones y recomendaciones dadas en este documento.
4. **Conclusiones:** En esta etapa se tomaron los elementos de los análisis necesarios para formular las conclusiones a las que se llegó con el estudio de cada familia participante y algunas de estas fueron formuladas a partir de lo que las investigadoras determinaron que eran cruciales. Dichas conclusiones fueron discutidas con el tutor y lectores para

conocer sus percepciones desde la posición de expertos que poseen brindando una complementariedad para un mayor enriquecimiento en la investigación.

3.6 Criterios para garantizar la calidad de la información

Para esta investigación, se encontraron implicados diferentes componentes esenciales, con los que se pudo brindar la credibilidad que demandaron los resultados, los cuales conllevaron una exhaustiva investigación, de manera que dichos elementos desde la posición de Plaza, Uriguen y Bejarano (2017) son: paciencia, perseverancia y evaluación continua por parte de las investigadoras para precisar los resultados del estudio.

Aspectos fundamentales para el desarrollo de cualquier investigación especialmente en un tema sensible como el proceso de duelo familiar por suicidio, puesto que, fue crucial mantener dichos componentes a lo largo del proceso, más aún al momento que se mantuvo el contacto con la población con la que se trabajó. Igualmente, se implementó la escucha activa, empatía y devolución de los datos con los que se tuvo dudas en las entrevistas, esto para verificar si lo que se comprendió fue lo que las familias deseaban transmitir.

Asimismo, para garantizar la consistencia y credibilidad de la información se utilizó la triangulación, la cual Aguilar y Barroso (2015) manifiestan que, es una técnica de confrontación en la cual se realiza una combinación y aplicación de metodologías en el estudio de una misma situación, teniendo como objetivo validar una investigación y potenciar las conclusiones que se plantean de la misma. Existen diferentes tipos de triangulación propuestas por Aguilar y Barroso (2015) no obstante, de los desarrollados por dichos autores solamente se utilizaron en este trabajo las siguientes:

1. Triangulación de datos: Es la utilización de varias estrategias y fuentes de información en la recolección de datos para así contraponerlos entre sí. Existen tres formas, aunque se trabajó solamente con dos, las cuales son: a) **Temporal**: datos recogidos en diferentes fechas para verificar la consistencia de los mismos; b) **Personal**: distintas muestras de sujetos. En este tipo de triangulación se empleó estas dos formas, debido a que, las entrevistas se realizaron en diferentes sesiones al igual que el grupo de discusión y se contó con varias familias para abordar el fenómeno de estudio.
2. Triangulación de investigadores: Se utilizaron varios observadores en el lugar de la investigación, así se incrementó la confiabilidad y la validez de los datos, en razón de que, se consideraron las distintas perspectivas a las que se llegó con el estudio de cada familia participante de un solo objeto de estudio, eliminando el sesgo de una única

persona. Ambas investigadoras hicieron anotaciones sobre las sesiones que se realizaron a lo largo del proceso que luego fueron discutidas, esto en caso de que alguna omitiera detalles importantes para formular el análisis y las conclusiones, aplicando así las técnicas de manera adecuada y apegada a la manifestación más pura de la experiencia de las familias. Igualmente, esto sirvió para contrastar la información recabada y se evitó la proyección de elementos por parte de las investigadoras como ideas propias o prejuicios ante lo expuesto por los(as) participantes.

Una vez concluida cada sesión, se realizó lo que se ha denominado conversación en caliente, es decir, las dos investigadoras se reunieron para discutir sobre lo acontecido y los datos recolectados con cada familia, así una vez terminada cada sesión se debatió con mayor claridad por parte de ambas, a causa de, que los hechos y sus detalles eran realmente recientes, por ende, eran más fáciles de recapitular. Al finalizar todas las sesiones de la semana con las familias, se realizó una reunión con el tutor a cargo de esta tesis para analizar los datos obtenidos con una mejor precisión.

Por último, en las diferentes entrevistas y el grupo de discusión, por la modalidad virtual en las que se efectuaron, se realizaron grabaciones de audio y video con el consentimiento de las personas participantes, las cuales funcionaron como evidencia para brindar mayor confiabilidad y validez cuando se formuló el análisis y las conclusiones de esta investigación, que tuvieron como objetivo intentar mitigar los posibles errores al recolectar la información y los sesgos subjetivos por parte de las investigadoras.

3.7 Consideraciones éticas para la protección de los(as) participantes de la investigación

Para un adecuado y seguro proceso para la recolecta de información en las entrevistas y grupo de discusión, fue crucial tomar en cuenta una serie de consideraciones éticas durante esta etapa para procurar, en la medida de lo posible, mantener a salvo la integridad de las personas participantes de dicha investigación. Las consideraciones que se utilizaron fueron las siguientes:

-Anonimato: Al abordarse un tema tan sensible, para identificar a las familias se les enumeró y a los integrantes se les solicitó un seudónimo para sí mismos. Cuando se realizó la primera entrevista se les explicó que los datos personales se mantendrían en anonimato; por esta razón, se decidió incorporar solamente la letra inicial del nombre de las personas incluidas en el

genograma familiar y las personas que formaron parte de los diferentes relatos de las familias tienen un sobrenombre dado por los integrantes del sistema.

-Consentimiento informado: Este se entregó como un documento digital a las personas participantes mayores de edad que fue leído de manera conjunta, se brindó una explicación de todos los detalles que envolvían a esta investigación y se procedió a evacuar las dudas que se presentaron. Este proceso se realizó para obtener un respaldo legal por parte de las personas que participaron en el proceso investigativo. Higuera (2009) explica que dicho documento proporciona el diálogo entre investigadores y participantes, permitiendo a la persona que es atendida informarse y comprender su condición actual, conocer su función en el estudio, saber y entender de manera general los objetivos y la trascendencia de la investigación, los riesgos, beneficios y condiciones que implica dicha intervención, asegurando de esta forma el cumplimiento de los principios fundamentales prescritos por la Bioética. Una vez terminado este proceso y dejado en claro en lo que consistió el trabajo, la colaboración de las familias y la resolución de las dudas que se presentaron, a causa de la modalidad virtual con la que se trabajó, se procedió con la aceptación verbal de la participación y la demostración de las cédulas de cada persona ante la cámara. Dicho documento se encuentra en el Anexo 2.

-Asentimiento informado: Al igual que el consentimiento este documento fue entendido como un proceso, que se entregó y leyó de manera conjunta con las personas menores de edad y sus padres o encargados(as), luego se procedió a la explicación de los detalles y se aclararon todas las interrogantes que fueron manifestadas por los(as) participantes. En el asentimiento informado, Flores (2017) reconoce que así como los adultos que con plena capacidad jurídica firman el documento de consentimiento informado, los niños(as) y los(as) adolescentes, quienes por razón de edad aún no pueden ejercer su autonomía respecto de ciertas decisiones, están en pleno derecho de externar alguna elección contraria a la de sus padres o tutores, por tanto, deben plasmar en el documento del asentimiento informado que están conscientes de los riesgos y beneficios, y si están de acuerdo o no en participar. Además, este documento fue una prueba preconstituida en caso de algún conflicto legal entre las decisiones de los padres o encargados y del niño(a) o adolescente. Por la modalidad virtual con la que se trabajó, se culminó este proceso con la aceptación verbal y demostración de las cédulas de cada menor de edad ante la cámara. El documento está ubicado en el Anexo 3.

-Beneficios: Como resultado de la participación en este estudio, las personas no obtuvieron ningún beneficio directo ni anticipado, no obstante, a partir de la investigación se brindó un enriquecimiento a nivel teórico con una población poco estudiada en Costa Rica. De modo que,

con la información producida en este estudio, se pueden generar campos de acción donde se formen espacios de intervención para brindar herramientas de afrontamiento al complejo proceso de duelo que viven muchas familias de nuestro país a causa de suicidio. Además, dicha investigación puede ser un antecedente para la creación de otros documentos que aborden temas relacionados a este.

-Riesgos: Al ser un tema tan sensible, se podían movilizar fuertes sentimientos en las personas participantes, en vista de que, son una población vulnerable por su experiencia del duelo, por percibirse al suicidio como un tabú y catalogar a las familias bajo ciertos estigmas sociales. No obstante, se consideró fundamental que las familias se encontraran protegidas de lo que podría suceder, así que se procuró resguardar la integridad física y psicológica de los(as) participantes al contar con la ayuda de una profesional en psicología, quien sería la encargada de atender algún tipo de crisis por parte de cualquier participante y se mantuvo la posibilidad de reclutar a otro(a) profesional que apoyara el trabajo de contención emocional si hubiera sido necesario; aunque en ningún momento fue necesaria esta ayuda porque ninguna de las personas participantes manifestaron un estado de crisis. Además, a las familias que no pertenecían al grupo Mar y Cielo se les brindó la posibilidad de integrarse al mismo para que contaran con un espacio seguro de escucha, desahogo, apoyo y contención, dicho grupo se reúne cada quince días lo cual brinda una mayor consistencia en el trabajo del duelo. Por otra parte, en los(as) participantes que se encontró necesario que recibieran un proceso psicoterapéutico se les derivó a diferentes profesionales especialistas en este tema.

-Devolución: A las familias participantes se les realizó la devolución de los resultados transcritos y obtenidos en las diferentes entrevistas para asegurar que la información se recabó con el sentido que las familias habían querido transmitir, una vez aprobado por cada una de estas se procedió con el análisis de los datos. Además, se les invitó a las personas participantes al acto público de defensa de tesis y por último se les entregó una copia en formato PDF del documento final a cada una de las familias.

Capítulo IV: Análisis e Interpretación de los datos

Los resultados obtenidos se analizaron a partir de las historias familiares narradas por las personas integrantes de cada familia participante, en la cual de acuerdo con Medina (2018) se organizan en una dirección específica para crear un relato en conjunto de la situación vivida, en este caso el duelo que experimentaron por suicidio. Por lo tanto, esta información se clasificó en tres categorías con las que se realizó un análisis categorial del proceso que fue contrastado con la información obtenida de las personas participantes, en dichas categorías se realizó una triangulación de los datos que fueron estudiados desde el enfoque hermenéutico, anteriormente explicado. Como primera categoría, se propone abarcar las estructuras de las familias; en la segunda, se encuentra la percepción familiar sobre la muerte experimentada y, por último, los sentimientos asociados al proceso de duelo y la expresión de los mismos.

Se realizó un primer acercamiento con la población mediante un volante informativo sobre lo que consistía la tesis para encontrar las familias que han atravesado un proceso de duelo por suicidio. En este primer contacto tres familias se comunicaron con las investigadoras, pero no cumplían los requisitos necesarios para participar de esta investigación. Por lo tanto, se tuvo un segundo acercamiento con la población mediante el grupo de “Mar y Cielo” y “Mi Nueva Aurora”, para esta oportunidad once familias se pusieron en contacto con las investigadoras, a las cuales se les hizo una breve entrevista para determinar si cumplían con los diferentes criterios de exclusión e inclusión, a lo que finalmente se eligieron cuatro familias con las cuales se trabajó a lo largo del proceso. Las cuales se muestran en la Tabla 3:

Tabla 3*Presentación de las familias participantes.*

| Características | Familia 1 | Familia 2 | Familia 3 | Familia 4 |
|--|---|--|---|--|
| Participantes | Tato: mamá, 60 años. Vanessa: hija menor gemela, 23 años. Manuel: hijo menor gemelo, 23 años. | Mauricio: papá, 53 años. MQ: hijo menor, 21 años. | Tuto: papá, 69 años. Mari: mamá, 63 años. Gemelos: hija mayor, 41 años. Plimplim: hija menor, 32 años. | Corazón: hermana mayor, 23 años. Pizza: hermana menor, 16 años. |
| Miembros del núcleo familiar no participantes | Moisés: papá, 70 años. Alexander: hijo del medio, 33 años. Susana: hija del medio, 27 años. | María: mamá, 47 años. Viviana: hija menor, 14 años. | Tuti: hija del medio, 35 años. | Roja: mamá, 45 años. |
| Quién murió | Francisco, hijo mayor, quien murió a los 29 años. | Tif, hija mayor, muere a los 23 años. | Chelito, hijo mayor, muere a los 36 años. | Morado, papá, quien murió a los 40 años. |
| Tiempo transcurrido desde el suicidio. | 7 años. | 2 años. | 6 años. | 2 años. |
| Lugar de residencia de la familia | San José. | San José. | Cartago. | Alajuela. |

Fuente: Elaboración propia.

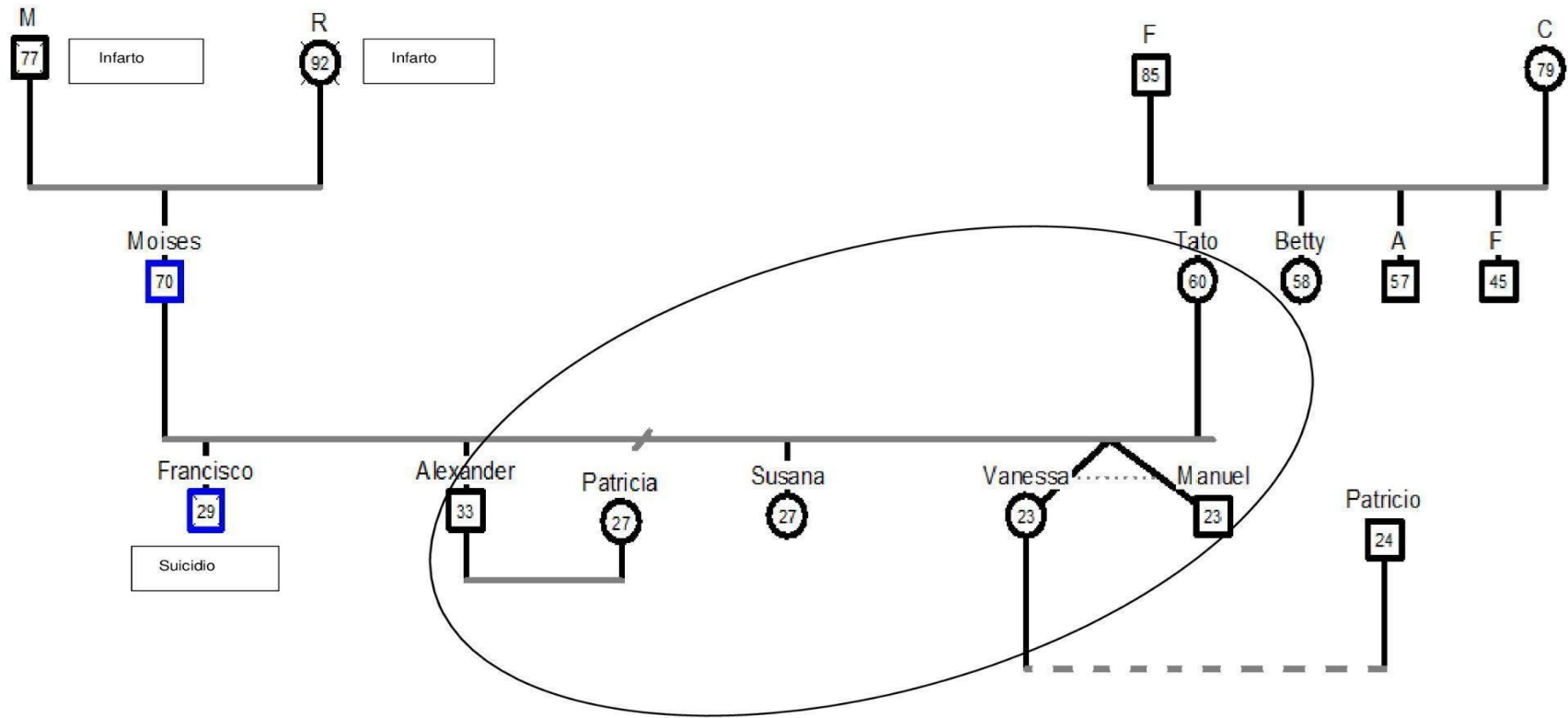
4.1 Estructuras familiares

Según el Modelo Estructural, anteriormente expuesto, las familias se componen por distintos aspectos que se encuentran íntimamente ligados con las estructuras familiares la cual para Minuchin (1974) son: “El conjunto invisible de demandas funcionales que organizan los modos en que interactúan los miembros de una familia. Una familia es un sistema que opera a través de pautas transaccionales. Las transacciones repetidas establecen pautas acerca de qué manera, cuándo y con quién relacionarse, y estas pautas apuntalan el sistema” (p. 86).

De manera que, se consideró esencial tener un acercamiento a la composición de los sistemas para así conocer a las personas que los constituyen, por lo que, se les explicó a cada familia participante con un ejemplo de un genograma la forma en que debían realizarlo y se les brindó una lista de la simbología a utilizar con los significados de cada uno; se les pidió que incluyeran el nombre, la edad de cada familiar representado y la causa de muerte de las personas fallecidas, cada genograma debía estar constituidos por tres generaciones familiares. A quienes participaron y aquellos(as) que fueron mencionados(as) por las familias en las entrevistas se les colocó un sobrenombre dado por ellos(as) mismos(as) y a las demás personas se les identificó con la letra inicial del nombre para mantener la confidencialidad. Cabe rescatar que, para una mayor claridad en el análisis se encerró en un círculo a los(as) integrantes del sistema que viven juntos.

El primer genograma corresponde a la familia 1, el cual se presenta en la siguiente figura 3:

Figura 3
Genograma: familia 1



Fuente: Creación propia de la familia 1 y de las investigadoras.

En este genograma se denota que M falleció a los 77 años de un infarto y estuvo casado con R de 92 años quien también falleció de un infarto, ambos tuvieron a Moisés de 70 años, el padre de esta familia. Por otro lado, está F de 85 años, quién se casó con C de 79 años, ambos tuvieron a Tato de 60 años de 60 años madre de esta familia, Betty de 58 años, A de 57 años y F de 45 años.

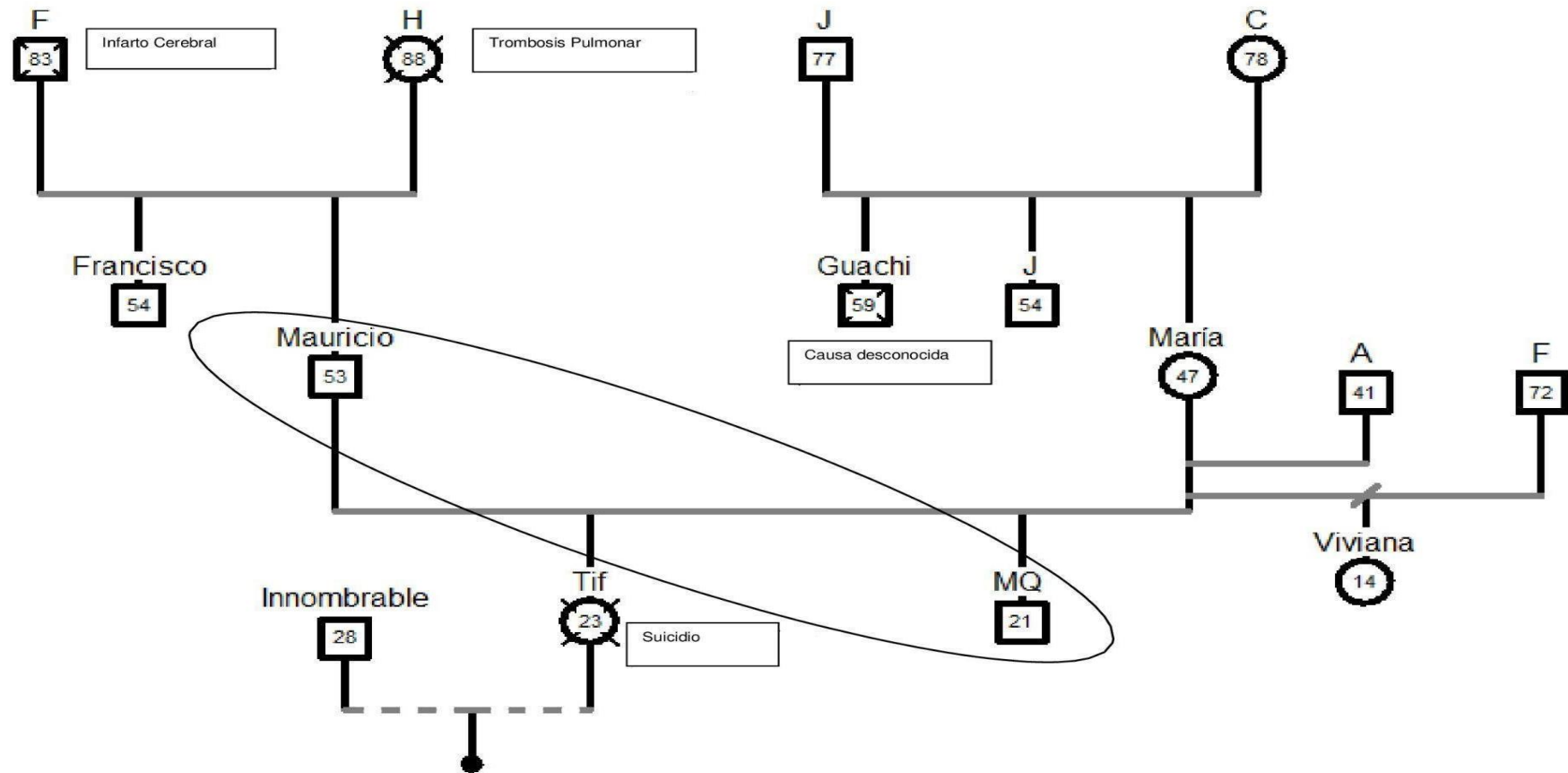
Tato y Moisés se separaron hace 18 años y tuvieron a Francisco, su hijo mayor, quien a los 29 años se suicidó, luego sigue Alexander de 33 años el cual se encuentra casado con Patricia de 27 años, la tercera hija es la tercera hija Susana de 27 años y por último se encuentran los gemelos Vanessa y Manuel de 23 años. Vanessa tiene un novio, Patricio de 24 años.

Los cuadros azules de Moisés y Francisco (fallecido) representan que ambos son identificados en la familia como personas con problemas de alcoholismo.

Ahora bien, en la siguiente figura 4 se representa el genograma de la familia 2:

Figura 4

Genograma: familia 2



Fuente: Creación propia de la familia 2 y las investigadoras.

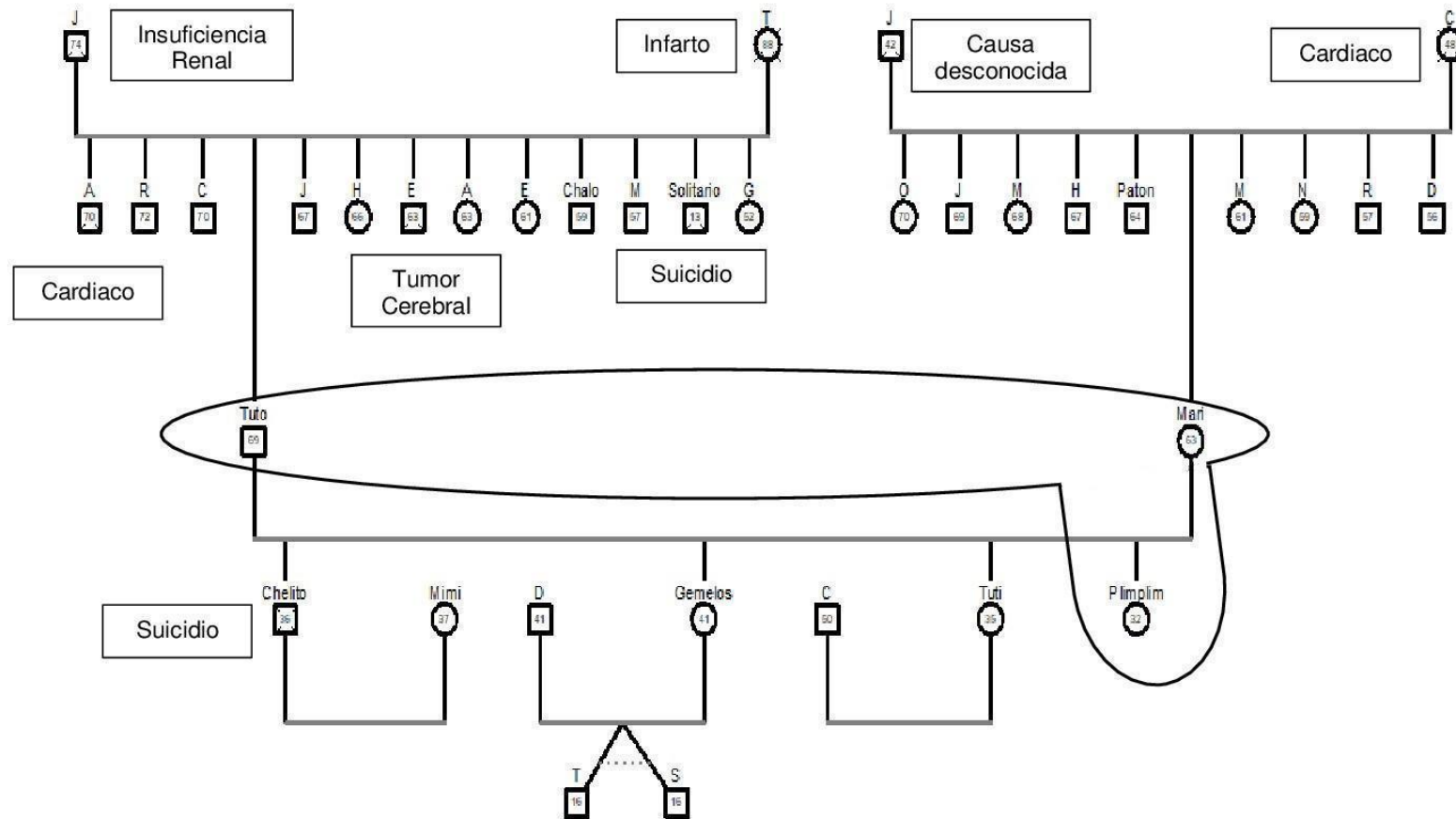
En el genograma se observa que F murió a los 83 años de un infarto cerebral y se casó con H quién falleció a los 88 años de una trombosis pulmonar, ambos tuvieron a Francisco de 54 años y a Mauricio de 53 años, padre de esta familia. Por otra parte, J de 77 años se casó con C de 78 años, quienes tuvieron a Guachi que murió de 59 años durante el proceso de recolección de datos, pero al día de hoy se desconoce el verdadero motivo de la muerte, a J de 54 años y María de 47 años, madre de esta familia.

Mauricio y María no estuvieron casados ni vivieron juntos, solamente sostuvieron una relación en la cual tuvieron a su hija mayor Tif, quién se suicidó a los 23 años y a MQ de 21 años, ambos hijos residieron con su mamá antes del evento, pero actualmente MQ vive con Mauricio. Hace unos años atrás María fue pareja de F de 72 años y tuvieron a Viviana que tiene 14 años, pero en la actualidad María está casada con A de 42 años.

Tif tuvo un novio, Innombrable de 23 años, de quien quedó embarazada dos veces, pero en ambas ocasiones terminaron en abortos espontáneos.

Por otro lado, a continuación, se encuentra el genograma de la familia 3 en la figura 5:

Figura 5
Genograma: familia 3



Fuente: Creación propia de la familia 3 y de las investigadoras.

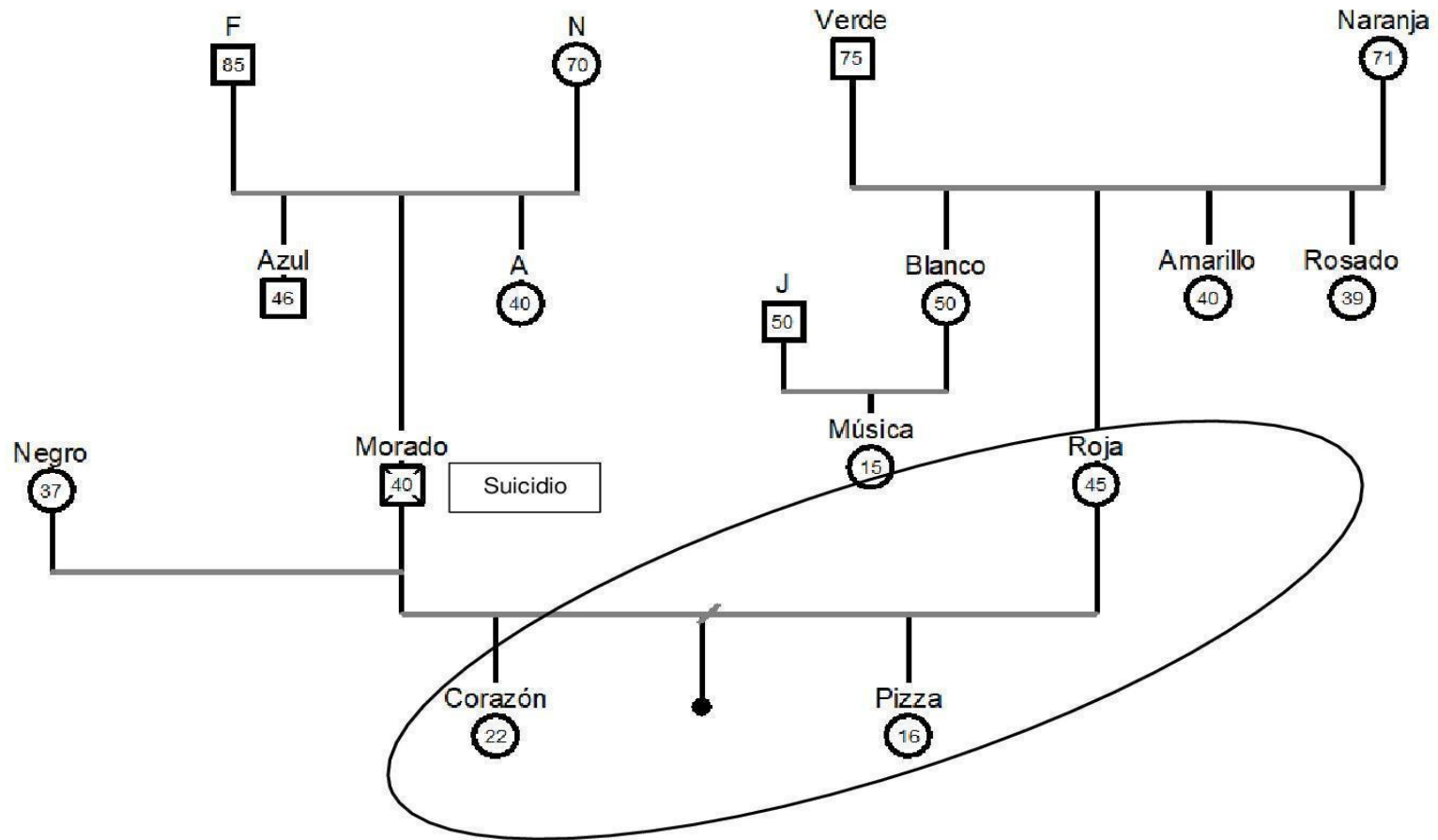
En este genograma se observa que J que murió de 74 años de insuficiencia renal, se casó con T quién murió a los 88 años de un infarto, tuvieron a A que murió a los 70 años de un problema cardíaco, a R quien tiene 72 años, C de 70 años, Tuto de 69 años el padre de esta familia, J de 67 años, H de 66 años, E quien muere a los 63 años de un tumor cerebral, A de 63 años, E de 61 años, Chalo de 59 años, M de 57 años, Solitario quien muere a los 13 años por suicidio y G de 52 años.

Por otro lado, J murió a los 42 años de una causa desconocida, se casó con C quién murió a los 48 años de un paro cardíaco. Ambos tuvieron a O de 70 años, J de 69 años, M de 68 años, H de 67 años, Patón de 64 años, Mari de 63 años madre de esta familia, M de 61 años, N de 59 años, R de 57 años y D de 56 años.

Tuto y Mari se casaron y tuvieron a Chelito quién murió a los 36 años por suicidio y se casó con Mimi de 37 años, a Gemelos con 41 años casada con D de 41 años, ambos tuvieron a los gemelos S y T de 16 años, luego sigue Tuti de 35 años que se casó con C de 50 años y viven fuera del país, por último, la hija menor de esta familia es Plimplim de 32 años.

Finalmente, a continuación, se presenta el genograma de la familia 4 ilustrado en la figura 6:

Figura 6
Genograma: familia 4



Fuente: Creación propia de la familia 4 y de las investigadoras.

En el genograma se observa que J de 85 años se casó con N de 70 años, quienes tuvieron a Azul de 46 años, Morado el padre de esta familia quién murió a los 40 años por suicidio y a A de 60 años. Por otra parte, está Verde de 75 años casado con Naranja de 71 años, quienes tuvieron a Blanco de 50 años que se casó con J de 50 años y tuvieron a Música, luego sigue Roja de 45 años la madre de esta familia, Amarillo de 40 años y por último Rosado de 39 años.

Morado y Roja se casaron, aunque se separaron hace diez años, quienes tuvieron a Corazón de 22 años, un aborto espontáneo y a Pizza de 16 años.

Cabe mencionar que Morado se volvió a casar tres meses antes de su muerte con Negro de 37 años.

Ahora bien, luego de conocer a grandes rasgos a cada familia participante se considera necesario que, para tener un panorama más detallado del proceso de duelo vivido por cada una, debemos comprender otras dimensiones que componen la estructura de estos sistemas, los cuales son:

4.1.1. Jerarquía

De acuerdo con Minuchin (1974) las jerarquías se relacionan con los sistemas de poder en donde se regula la conducta de los miembros de cada familia y se emiten las reglas que gobiernan dicha organización familiar. En la familia 1 quien tiene el poder es quien se representa en el genograma como Alexander, pues, es, un hijo parentalizado, como Tato lo expresó: *“ay si Alexander es el que lidera y es insoportable”* (comunicación personal, 15 de marzo de 2021). En la familia 2 era Tif quién tenía este rol, así como Mauricio lo mencionó: *“(…)Era la que comandaba, se fue haciendo como el líder digamos en su casa por su forma de ser que era muy independiente inclusive forjaba a MQ, lo empujaba, apoyaba a su mamá* (comunicación personal, 16 de marzo de 2021). En la familia 3 este rol lo tienen Mari y Tuto al asumir los roles de la manera que Minuchin (1974) plantea como complementariedad de las funciones en la que ambos han aceptado la interdependencia y actúan como equipo. En la familia 4 es Roja, como fue indicado por Pizza: *“Si mi mamá es quien tiene un papel más relevante en esta familia”* (comunicación personal, 17 de marzo de 2021) pues, es quien protege y da órdenes, las que son cumplidas por sus hijas.

4.1.2. Subsistemas y roles familiares

Según Minuchin (1974) los subsistemas son donde se representan los diferentes roles en cada sistema. En las familias participantes se encontraron dos factores en común, de los cuales el primero es que en tres familias el subsistema conyugal ya no existe, porque los padres

se separaron aún antes del evento, quedando únicamente el sistema parental. Y el segundo es que, en tres de las familias la persona que se suicidó pertenecía al subsistema fraternal.

Por su parte, en la familia 1 Tato y Moisés conforman el subsistema parental, Tato es la madre de la familia y como ella misma indicó: *“yo fui una mujer agredida muchos años (...) yo no sé cómo poner límites”* (comunicación personal, 1 de marzo de 2021), sus hijos la consideran sumisa, aclarado desde Vanessa: *“Para mí el personaje más sumiso es mami”*, a lo que Manuel añadió: *“Sí porque de hecho, uno le dice algo ella es como muy flexible depende de lo que uno le diga, no hace nada como al respecto”* (comunicaciones personales, 15 de marzo de 2021). Moisés es el padre y cuando se habla de diferentes roles familiares, el sistema le adjudica los siguientes papeles: “el malo de la película”, “el más problemático”, “más dominante”, “fracasado” y “el más frío” a lo que Vanessa mencionó: *“(...) pero si es que yo en todos menciono a papi, ja ja ja es que esa es la cepa”*, asimismo, Manuel planteó: *“Esa es la raíz del árbol”* (comunicaciones personales, 15 de marzo de 2021) haciendo referencia que Moisés es el responsable de las agresiones y las situaciones que conllevan a la familia a tener pautas de vinculación conflictivas.

En el subsistema fraternal de esta familia se encuentran Francisco (fallecido), Alexander, Susana, Vanessa y Manuel, donde Francisco era el líder porque fue quien brindó protección a sus hermanos(as) menores, especialmente de la violencia y el abuso de alcohol que se daba en el sistema, como Vanessa lo hizo notar: *“(...) mi papá como saben es una persona alcohólica entonces nos introducía mucho alcohol y a Francisco no le gustaba, él se enojaba cada vez que papi nos ofrecía licor a mí y a Manuel (...)”* (comunicación personal, 19 de abril de 2021). Pero también era considerado el problemático, como Tato lo mencionó *“(...) Francisco era un escandaloso que ustedes no tienen idea a mí me echaban la policía y era algo terrible (...)”* a lo que al hablarse del problemático en la familia Vanessa agregó: *“Uy yo sí siento que en esa se dan duro varios personajes, eh de los más problemáticos sería en Francisco, Alexander y Susana”* (comunicación personal, 15 de marzo de 2021). Además, su familia plantea que era una persona agresiva como fue indicado por Tato: *“(...) él era muy violento (...)”* (comunicación personal, 8 de marzo de 2021) y Vanessa añadió: *“(...) mi hermano cuando tomaba se ponía violento, había épocas en las que ya se ponía violento (...)”* (comunicación personal, 19 de abril de 2021). Cuando él fallece Alexander es quien tomó el papel de poder en la familia, pues, como bien se explicó anteriormente él es quién posee la jerarquía familiar, pero también continuó con la pauta transgeneracional de abuso de licor como Vanessa lo comunicó: *“En el momento en que mi hermano fallece el licor mermó mucho,*

Alexander continuó, pero era solo él en su nota, ya no había gente con la que convivir (...)” y agregó: “Pero si eran personas consideradas como alcohólicas, era mucho el consumo. Mis tres hermanos y mi papá” (comunicación personal, 1 de marzo 2021).

Por su parte, Susana es considerada violenta por la historia de agresividad que vivió esta familia como Tato lo planteó: *“(...) con lo de la agresión yo me pasé porque ahora de hecho Susana es muy agresiva con su pareja y yo le digo que eso no está bien tampoco, pero ella hasta si puede le pega” (comunicación personal, 8 de marzo de 2021).* Vanessa procura conservar el equilibrio del sistema como Tato sugirió: *“Para mí el guardián de la familia es Vanessa, ella es muy centrada, más que todos”* y Manuel añadió: *“Con Vanessa no hay ningún problema (...)” (comunicación personal, 15 de marzo de 2021),* además, se adapta a las personalidades de los demás miembros para así evitar conflictos, intenta rescatar las características positivas de cada uno de los(as) integrantes y las situaciones, asimismo, es quién ha ido a terapia por muchos años para romper con los patrones y cadenas familiares que la rodean como lo hizo notar ella misma: *“yo voy a una psicóloga desde hace siete años, desde que Francisco falleció. Tengo una muchacha que me ayudó mucho y trato de romper patrones y todo para no caer en lo mismo” (comunicación personal, 1 de marzo de 2021).* Debido a que, Manuel nació con ciertas complicaciones de salud y es el hermano menor, es a quién la familia cuida con mayor medida, a raíz de ello, depende de algunos de sus hermanos(as) y necesita de sus aprobaciones para desenvolverse cotidianamente, como lo mencionó él mismo: *“con respecto a la codependencia vieras que no le voy a mentir, soy muy codependiente de mi hermana de Vanessa de hecho cuando voy a hacer algo, no sé si lo hago por inconsciente o algo así, pero yo antes de hacer algo voy y le pregunto a ella, que como que está bien, ella hay veces que me dice que puedo solo” (comunicación personal, 15 de marzo de 2021).*

En la familia 2 el subsistema parental se encuentra conformado por Mauricio y María, quienes asumen la parentalidad de forma individual a causa de la separación ocurrida en la infancia de Tif y MQ. Mauricio es un padre paternalista, es decir, es sobreprotector, territorial y apegado a sus hijos, así como lo fue su padre y como él mismo lo manifestó: *“mi papá era muy paternalista, entonces traiga a sus hijos, venga, deles de comer. Entonces para mí las navidades era integrar esa familia”,* a lo que añade: *“O sea siempre trataba de ser un mejor padre, de un mejor amigo... traté de darles lo mejor en vida” (comunicación personal, 2 de marzo de 2021).* Mientras que María es catalogada como la problemática de la familia, como lo indicó Mauricio: *“Es que para mí la problemática desgraciadamente es la mamá de MQ” (comunicación personal, 16 de marzo de 2021).* En el subsistema fraternal pertenecen Tif

(fallecida), MQ y Viviana, donde Tif tenía el papel central de su familia como Mauricio lo aclaró: *“Es que era como el eje central, ella, tal vez de las familias, familia digo yo porque como Tif vivía con su hermano, su hermanita y su mamá, y era la que hacía la unión entre el papá (...)”* (comunicación personal, 16 de marzo de 2021). MQ y Viviana tienen un rol periférico en el sistema familiar.

En la familia 3 el subsistema parental y conyugal está conformado por Tuto y Mari quienes tienen funciones complementarias, por poseer una aceptación de la interdependencia de ambos y trabajar como equipo en los dos subsistemas que integran, dichos aspectos se observaron en la interacción de ambos durante las entrevistas efectuadas. En el subsistema fraternal pertenecen Chelito (fallecido), Gemelos, Tuti y Plimplim, en el cual hay un respeto entre todos sus miembros, ninguno es descalificado, desconfirmado ni desplazado, pues, han mantenido relaciones armoniosas. Como fue denotado en el siguiente diálogo:

Investigadora: *“Digamos si vos ocupas recurrir a alguien de tus hermanas ¿Hay alguna que recurras más o...?”*

Plimplim: *“Es que Tuti siempre pasa escribiendo mucho, digamos Tuti por todo me escribe. Entonces digamos yo les cuento las cosas a las dos digamos”.*

Investigadora: *“¿Y vos también, Gemelos?”*

Gemelos: *“Sí, sí”* (comunicación personal, 19 de abril de 2021).

Chelito era admirado por los demás miembros, es quien les genera orgullo y tenían un impacto positivo en el sistema e interacciones dentro de este. Gemelos es el miembro del subsistema que posee mayor discreción, como Plimplim indicó: *“(...) Gemelos es como más reservada(...)”* (comunicación personal, 19 de abril de 2021). Mientras que Tuti es quien tiene mayor interacción con todos los miembros, como se demostró en la siguiente conversación:

Entrevistadora: *“Entonces desde que Tuti se fue del país ¿La relación ha estado igual o se distanciaron un poco?”*

Plimplim: *“Nombres si a cada 5 minutos llama (...)”*

Entrevistadora: *“Ah bueno se ha mantenido igual entonces”*

Mari: *“Ah sí sí”*

Plimplim: *“Sí, llama todos los días”* (comunicación personal, 19 de abril de 2021). Por su parte, Plimplim al igual que su hermana Gemelos tiende a aislarse y centrarse en ella misma, como lo mencionó Mari: *“Ah no ella solo lo de ella”* (comunicación personal, 19 de abril de 2021).

En la familia 4 el subsistema parental estaba constituido por Roja y Morado (fallecido), donde se ejercía el mismo nivel de autoridad ante sus hijas pese a estar divorciados, después de la muerte de Morado quién ha asumido el rol parental es Roja. Pizza y Corazón pertenecen al sistema fraternal, Corazón es una hija parentalizada y quien ejerce un rol de sobreprotección con su hermana menor, como ella misma lo señaló: *“Mi posición inicial fue protegerla a ella, preocuparme por ella, levantarla a ella, salvarla a ella”* (comunicación personal, 4 de marzo de 2021). Finalmente, Pizza es considerada con un rol significativo como fue descrito en el siguiente diálogo:

Investigadoras: *“¿Alguien en esta familia tiene el papel menos relevante?”*

Corazón: *“No, para mí, no hay alguien en esta familia que tenga un papel menos relevante en la familia”*

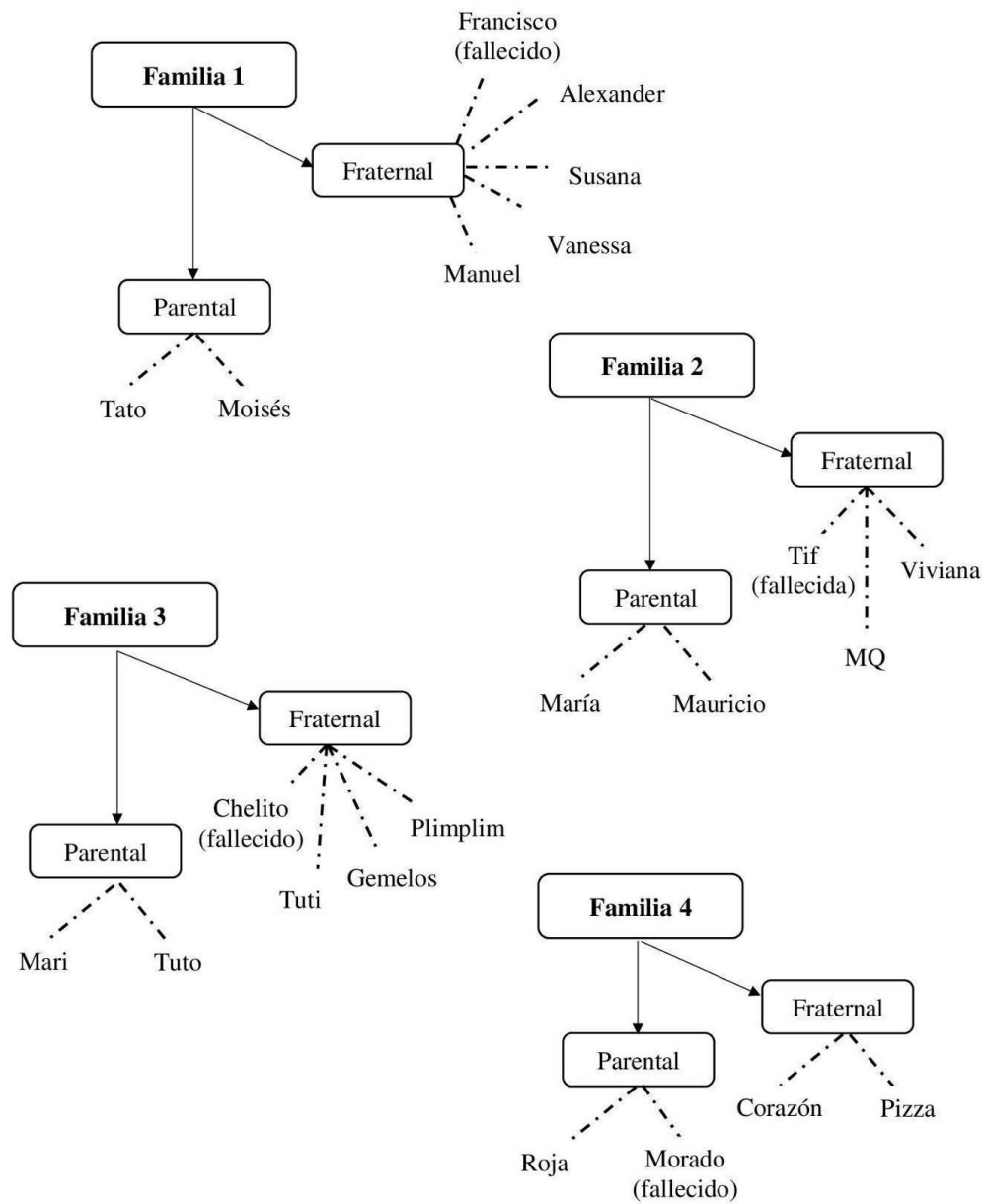
Pizza: *“Díay yo creería que yo. Lo creo tal vez por la edad y así no puedo ser muy relevante”*.

Corazón: *“Para mí, más bien es muy relevante (...)”* (comunicación personal, 17 de marzo de 2021).

Sobre esta perspectiva se cree que influye la etapa del desarrollo en la que se encuentra Pizza por las necesidades y demandas propias de la adolescencia.

Los subsistemas desarrollos de cada una de las familias fueron representados en la siguiente figura 7:

Figura 7
Subsistemas



Fuente: Elaboración propia a partir del análisis de la información recolectada.

4.1.3. Límites

Para Camí (2010) quien se basa en Minuchin entiende los límites como las reglas que definen quién y cómo se participa en una interacción, donde complementariamente la demarcación de los roles es necesaria. A lo que, Minuchin (1974) añade que la función de los límites reside en proteger la diferenciación del sistema y en la constitución de los subsistemas,

las cuales son concretadas por los miembros. En las familias participantes se observaron límites que van desde los rígidos, difusos, hasta claros y flexibles.

De forma que, en la familia 1 se presentan límites rígidos por evidentes pautas individualistas entre todos sus miembros, presentando un desligamiento familiar, como lo hizo notar Vanessa: “(...)o sea si estamos unidos en muchas cosas, pero, es “luchó por mí y que los demás vean a ver como hacen” (...)” (comunicación personal, 15 de marzo de 2021) y Manuel agregó: “Cada quien trata de luchar por donde puede, con su propio salvavidas” (comunicación personal, 8 de marzo de 2021).

Los límites de la familia 2 son difusos, debido a que, uno de sus miembros tiene la necesidad de fusionarse con los demás integrantes, mientras que esto es aceptado por algunos: Mauricio: “(..) Yo desde pequeños los llevo, los traigo... Pero para mí era la unión de la familia, digamos de estar siempre unidos (...)” (comunicación personal, 2 de marzo de 2021), y otros aún mantienen cierta resistencia, como MQ expresó: “(...) si soy un toque más reservado al llegar y decir me siento triste o algo así. Yo eso 0, y si he venido bloqueando mucho eso o de poner una barrera de que nadie se de cuenta de que yo esté mal, inclusive a mis papás y todo” (comunicación personal, 9 de marzo de 2021). Por lo tanto, dichos límites los inclinan a una tendencia al aglutinamiento, a causa de una excesiva flexibilidad al momento de establecerlos o intentar hacerlo en el sistema.

En el caso de la familia 3 existen límites claros y flexibles, evidenciado en lo que Plimplim planteó con respecto a la familia: “Como con todo, con sus roces normales de familia o situaciones, tampoco perfecta, pero si imperfecta feliz” (comunicación personal, 17 de marzo de 2021). Además, el nivel de flexibilidad que ha adoptado la familia brinda un equilibrio en el sistema tanto en sus interacciones como al momento de enfrentar distintas situaciones, presentándose esta adaptabilidad en diferentes niveles de la organización familiar, como quedó demostrado en la siguiente conversación:

Investigadora: “Entonces ¿Algún miembro de la familia es considerado como el guardián de la familia? ¿O no? Puede que no haya”.

Tuto: “No”.

Plimplim: “Di no es que creo que se juega ese papel”.

Gemelos: “Es que tal vez un día es uno, al otro es el otro”.

Investigadora: “Es rotativo entonces”.

Plimplim: “Ajá, exacto”.

Investigadora: “¿Alguno se considera como el miembro de la familia problemático o problemática?”

Gemelos: “*Diay no igual, un día uno es el problemático al otro otro*” (comunicación personal, 17 de marzo de 2021).

La Familia 4 presenta límites difusos dentro del sistema, pues, todos(as) siempre van en una misma dirección ante cualquier situación y sostienen los mismos niveles de apego y fusión en los vínculos, como denotó Corazón: “*El dolor en esta familia es igual para todos, toda la familia (...)*” y más adelante Pizza remarcó: “*Si digamos si alguien le pasa algo malo todo el mundo se siente mal por eso y así*” (comunicaciones personales, 11 de marzo de 2021).

Además, este es un sistema monoparental que tiene una intromisión de la familia extensa del lado materno con la cual se mantiene un vínculo estrecho, así como se reflejó en este diálogo:

Entrevistadora: “¿Cómo es la relación con la familia materna?”

Pizza: “*Muy cercana*”

Corazón: “*Una relación totalmente cercana sí, muy cercana bastante, más de lo normal creo yo*”

Pizza: “*Es que vivimos juntos*”

Corazón: “*Es que vivimos en un mismo terreno*” (comunicación personal, 4 de marzo de 2021).




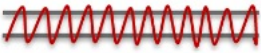









Presentándose así, una invasión en los sistemas del núcleo familiar y los roles de los miembros de cada familia como consecuencia de la poca claridad en el establecimiento de los límites entre los distintos grupos familiares. Debido a todos estos enunciados anteriormente, planteados los límites de esta familia se encuentran en el polo aglutinado.

4.1.4. Vínculos familiares

A partir de la información recabada en las diferentes entrevistas se crearon los mapas relaciones de cada familia, los cuales nos permitieron tener un acercamiento a las diferentes vinculaciones familiares, en los que se utilizó la siguiente simbología:

Figura 8

Simbología de los mapas relacionales

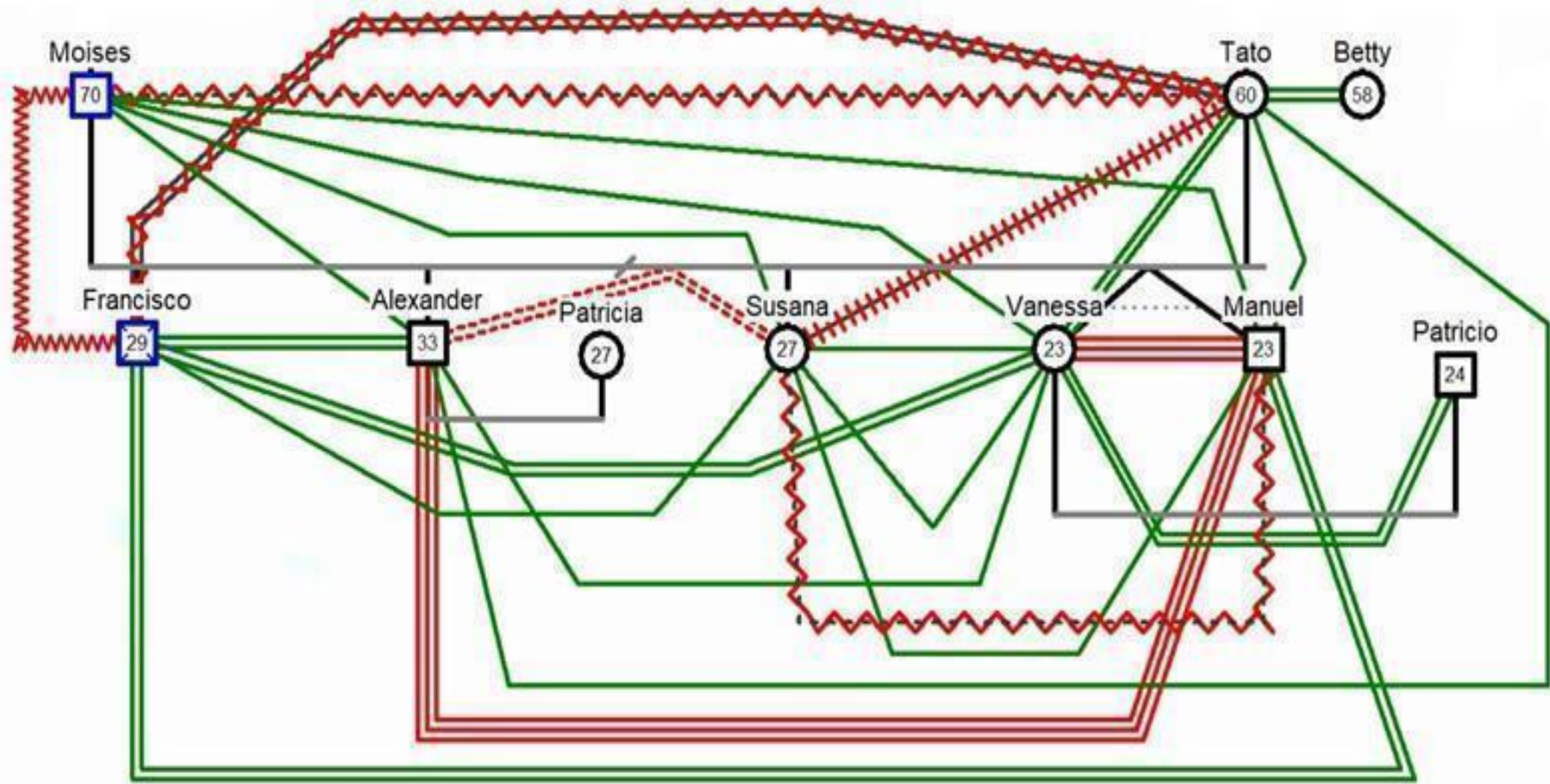
| | |
|---|---|
| Armonía:  | Distante:  |
| Fusionada:  | Cercana-hostil:  |
| Amor:  | Cercana:  |
| Violencia:  | Desconfianza:  |
| Conflictiva:  | Rompimiento o alejamiento:  |
| Distante-hostil:  | Centrada en:  |
| Agresión emocional o físico hacia:  | |

Fuente: Elaboración propia con datos del GenoPro. Ink (2019).

De manera que, los mapas relacionales fueron los siguientes:

Figura 9

Mapa relacional: familia 1



Fuente: Creación Propia de las investigadoras.

En la figura 9, se muestra que la relación de Moisés y Tato es distante-hostil, puesto que es complementaria rígida como Tato lo explicó: “(...) yo vivía bajo todo lo que decía el papá se hacía yo no podía darles a ellos permiso de salir, todo era él, entonces a mí me ha costado mucho ser líder en la casa” (comunicación personal, 1 de marzo de 2021).

Moisés tenía una relación de violencia con Francisco, mientras que con Alexander, Susana, Vanessa y Manuel es armoniosa pese a los conflictos que genera en la dinámica familiar.

Tato con Francisco tenían una relación cercana-hostil por los diferentes conflictos que este traía al sistema, así como Tato lo aclaró: “Ah sí era bonita, solo que él era muy desobediente (...) es que le gustaba poner la música muy alta y tomaba mucho, en eso teníamos mucho problema, pero digamos ya así como hijo si yo trate ayudarlo muchas veces y ahí estuve, si teníamos muchos conflictos con él por la música, por el licor, bueno usted veía la casa como con 50 personas, entonces eran unos problemas” (comunicación personal, 19 de abril de 2021). Por su parte, Tato tiene una relación con Alexander y Manuel de armonía, con Susana es de desconfianza como ella lo manifestó: “(...) ella es como muy difícil ella no se abre, no habla, tiene mal carácter (...) yo le perdí la confianza a ella (...)” (comunicación personal, 19 de abril de 2021). Mientras que con Vanessa es cercana, como Tato sostuvo: “(...) Vanessa y yo somos muy unidas, en verdad somos muy unidas, yo le tengo mucha confianza (...)” (comunicación personal, 15 de marzo de 2021). Además, Tato tiene una relación cercana con Betty su hermana.

Francisco tenía una relación cercana con Alexander, Vanessa y Manuel, mientras que con Susana era armoniosa.

En cuanto a Vanessa tiene una relación armoniosa con Alexander y Susana, con esta última no siempre fue de esa manera, pues como Vanessa expresó: “yo siento que mi relación con ella ha sido progresiva, antes nos llevábamos pésimo (...) pero si he mejorado mucho la relación con ella” (comunicación personal, 19 de abril de 2021). Entre Vanessa y Manuel sostienen una relación fusionada, como la misma Vanessa aclaró: “(...) Era como Manuel y yo que todo lo compartíamos, todo lo veíamos, todos lo sentíamos(...)” (comunicación personal, 1 de marzo de 2021). Por último, Vanessa tiene una pareja, Patricio, con el cual mantiene una relación cercana.

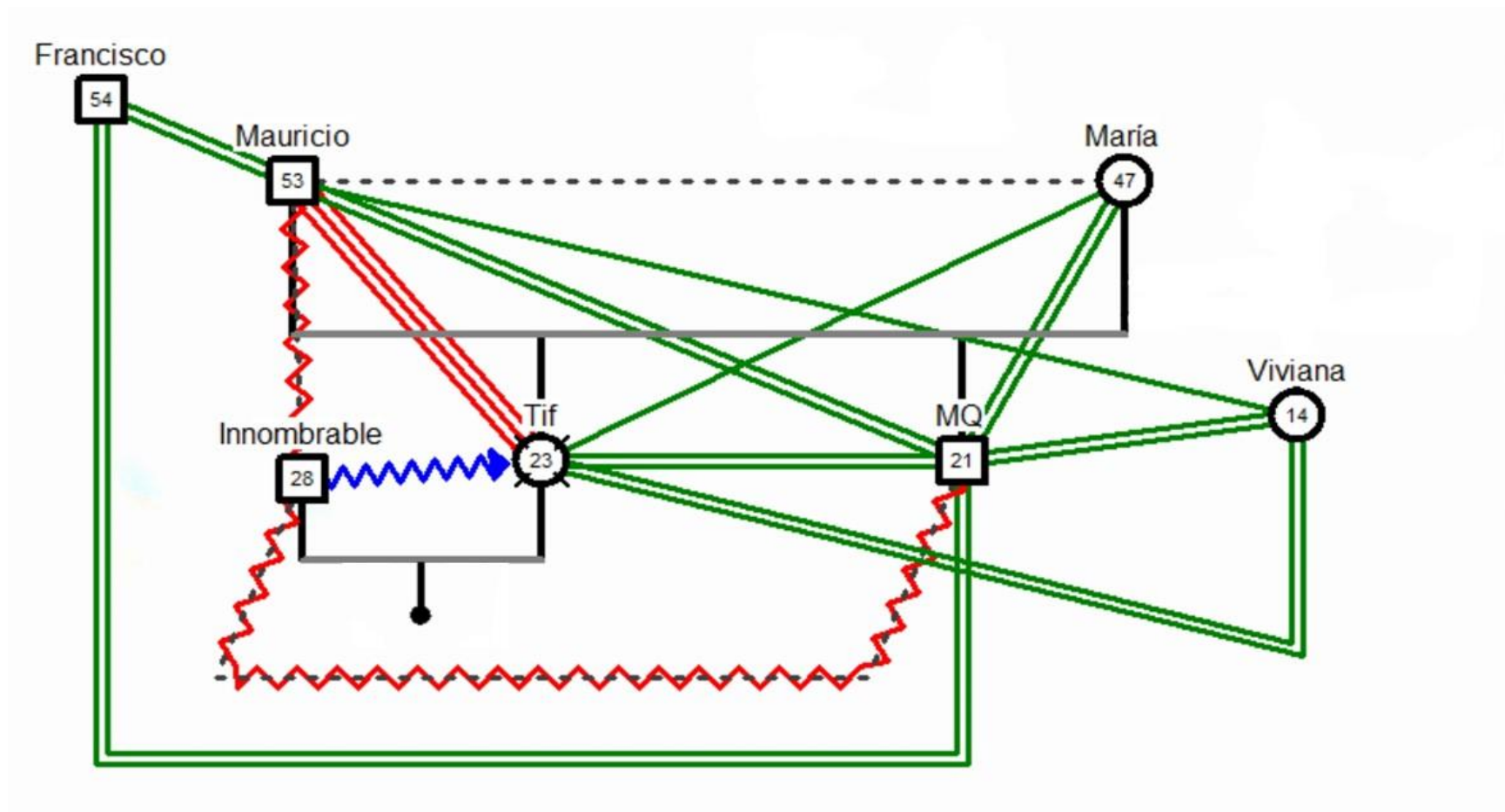
Por su parte Manuel tiene una relación fusionada no solamente con Vanessa, sino que también con Alexander, puesto que Tato la madre mencionó que es: “(...) muy codependiente del hermano mayor (...) Manuel pensaba que Alexander era el papá (...)” (comunicación personal, 15 de marzo de 2021). La relación de Manuel con Susana es distante-hostil, tal como Manuel argumentó: “(...) duró un montón de tiempo sin tener problemas con ella, pero hay

veces que, si solemos chocar mucho, porque de hecho somos del mismo temperamento, no nos gustan que nos digan las cosas (...)” (comunicación personal, 19 de abril de 2021).

Por último, la relación de Alexander con Susana es conflictiva, como Tato lo describió: *“(...) entre Susana y Alexander no se hay un... no se pueden ni ver porque se agarran del moño, tienen una rencilla terrible (...)*” (comunicación personal, 19 de abril de 2021).

Figura 10

Mapa relacional: familia 2



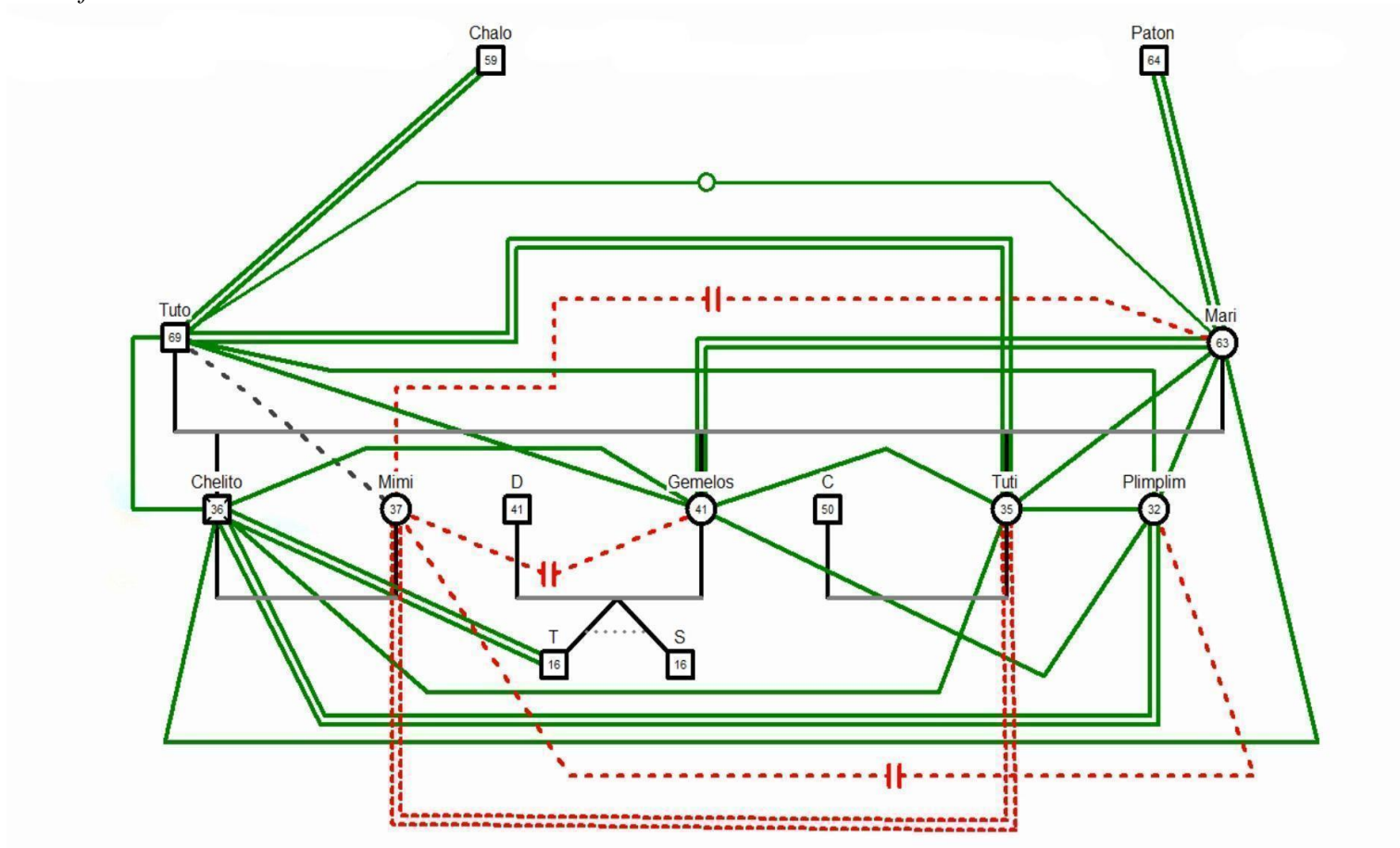
Fuente: Creación propia de las investigadoras.

En la figura 10, se presenta el mapa relacional de la familia 2. En el cual Mauricio y María tienen una relación distante como Mauricio mencionó: *“Distante, trato de no involucrarme mucho con ella. Sí trato, (...) de no tener comunicación. Simplemente que si no tengo relación con ella.”* (comunicación personal, 16 de marzo de 2021). La relación de Mauricio con Tif era fusionada, así como Mauricio lo indicó: *“(…) desde chiquilla siempre fue muy apegada conmigo, tal vez por ser el papá (...)”* (comunicación personal, 9 de marzo de 2021). Mauricio y MQ tienen una relación cercana, pues como Mauricio refirió: *“Hubo más unión (...) MQ no vivía conmigo (...) él vivía con su hermana y su mamá y al poco tiempo ella de morir, él se viene a vivir conmigo entonces tal vez nos unió de una forma diferente (...)”* (comunicación personal, 27 de marzo de 2021). Por otro lado, Viviana es la hija de María, pero Mauricio mantiene una relación cercana con ella. Con su hermano Francisco, Mauricio sostiene una relación cercana y con Innombrable, el ex novio de Tif, la relación es distante-hostil.

Ahora bien, MQ mantenía una relación cercana con Tif, como él lo aclaró: *“Digamos cuando mi hermana estaba viva, la relación siempre fue buena en realidad, siempre fue buena la relación de nosotros dos con mi mamá (...) pero siempre fue una buena relación y una muy buena comunicación en realidad”* (comunicación personal, 2 de marzo de 2021). Como se destacó anteriormente, con su madre Xinia es cercana al igual que con Francisco y Viviana. Por otro lado, la relación de MQ con Innombrable es distante-hostil.

Por su parte, Tif tuvo una relación cercana con su hermanastra Viviana y con su madre María armoniosa. Con su exnovio Innombrable la relación era de agresión emocional y física hacia ella.

Figura 11
Mapa relacional: familia 3



Fuente: Creación propia de las investigadoras.

En la figura 11 se presenta el mapa relacional de la familia 3. En el que se muestra que Tuto y Mari tienen una relación de amor, con una interacción complementaria.

Por su parte, Tuto afirma tener una relación armoniosa con todas sus hijas: Gemelos, Tuti y Plimplim; y fue de la misma manera con su hijo Chelito. Sin embargo, con Tuti es más allegado que con sus otras hijas, como Plimplim lo señaló: *“Tuti busca mucho a papi(...)”* (comunicación personal, 19 de abril de 2021). Tuto tiene una relación cercana con Chalo, su hermano.

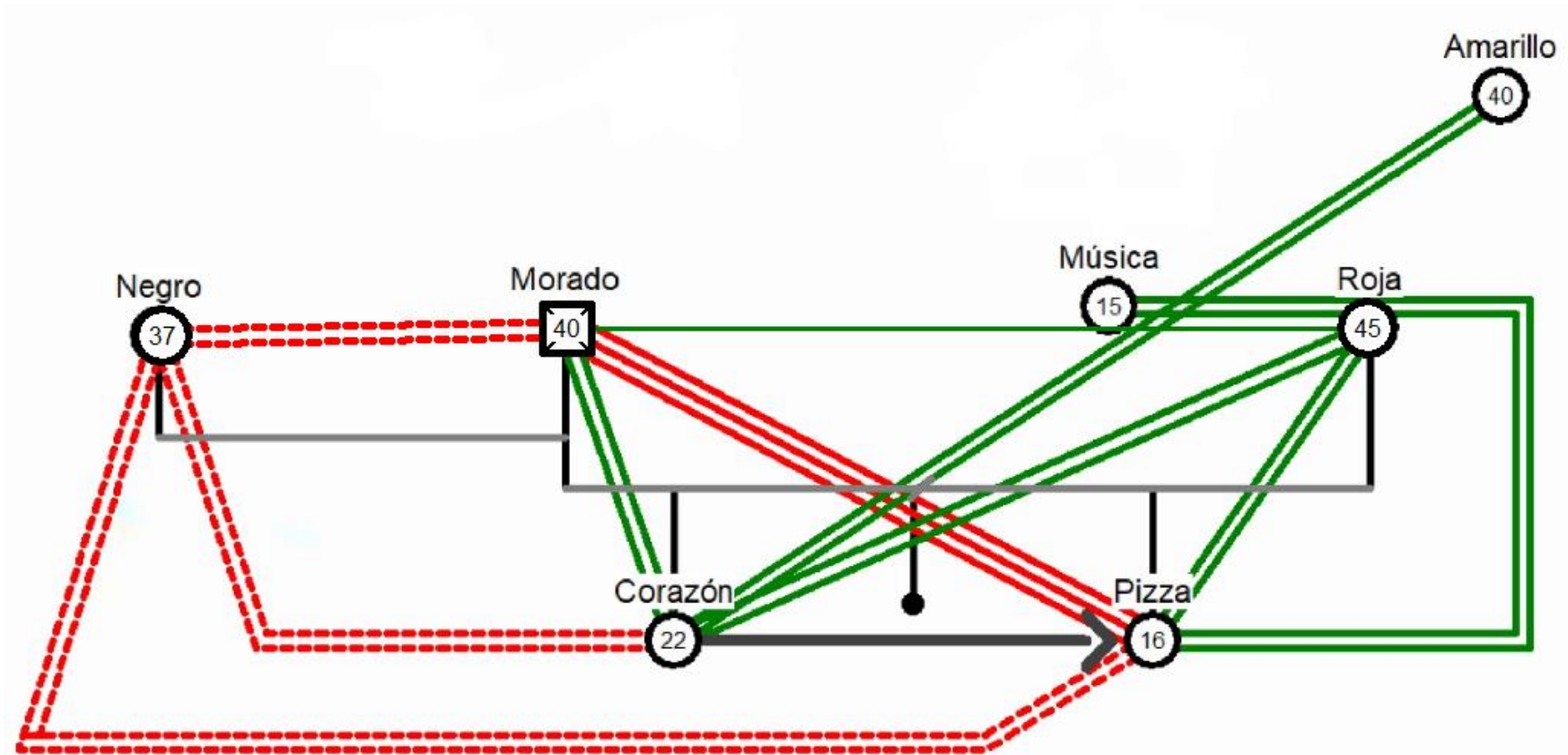
En cuanto a Mari tuvo una relación armoniosa con Chelito, la misma que tiene con sus hijas: Tuti y Plimplim. Mientras que con Gemelos es más cercana, como Mari lo confirmó: *“Si, en el caso mío yo busco más a Gemelos porque es la que siempre está más”* (comunicación personal, 19 de abril de 2021). De sus hermanos(as) Mari tiene una relación más cercana con Patón.

Gemelos tuvo una relación armoniosa con su hermano Chelito, el mismo tipo de relación que tiene en con sus hermanas Plimplim y Tuti en la que las tres se respetan los espacios de cada una como lo hace notar Plimplim quién indicó: *“diay es que es como igual, diay cada quien tiene como sus momentos, como que hay momentos en que Gemelos quiere ser individual, hay momentos en que, si somos más peguillas, pero bien”* (comunicación personal, 19 de marzo de 2021).

Ahora bien, Plimplim tiene una relación armoniosa con Tuti, pero con su hermano Chelito fue más cercana como ella lo señaló: *“Antes de que se casara él llegaba mucho a mi cuarto (...) Pero como fuimos nosotros los últimos dos en quedar como en la casa entonces sí como que en ese año o cuando se iba a casar que a cada rato llegaba a mostrarme cosas (...)”* (comunicación personal, 19 de abril de 2021).

Plimplim, Gemelos y Mari rompieron relación con Mimi, Tuto se mantiene totalmente distante con ella y Tuti tiene una relación conflictiva. Cabe rescatar que estas relaciones con Mimi se forjaron después de la muerte de Chelito.

Figura 12
Mapa relacional: familia 4



Fuente: Creación propia de las investigadoras.

En la figura 12 se muestra el mapa relacional de la familia 4. En donde Roja y Morado tenían una relación armoniosa, como Pizza lo argumentó: *“Ellos siempre hablaban, no eran como esos típicos padres que no se pueden ver ni nada (...)”* a lo que Corazón añade: *“(...) no era como dígame a su papá tal cosa, ellos hablaban, vacilaban de vez en cuando, tenían muchísimos amigos en común”* (comunicaciones personales, 4 de marzo de 2021). Morado tuvo una relación conflictiva con Negro. Mientras que la relación de Morado con Corazón fue cercana, como ella misma aludió: *“(...) yo era muy cercana a mi papá (...)”* (comunicación personal, 4 de marzo de 2021). La relación de Morado con Pizza era fusionada, como ella lo mencionó: *“(...) si yo decía que yo no podía vivir sin mi papá (...)”* (comunicación personal, 4 de marzo de 2021), a lo que en otra entrevista amplió diciendo: *“siempre éramos los más cercanos”* y agregó *“yo era la princesita de él”* (comunicación personal, 11 de abril de 2021).

La relación de Roja con Corazón es cercana y actualmente con Pizza también lo es, como lo planteó Corazón: *“Ahora yo siento que desde que pasó lo de papi es muy cercana la de ambas”* (comunicación personal, 4 de marzo de 2021) con respecto al vínculo de su madre.

Corazón tiene una relación centrada en su hermana menor Pizza, en donde tienen vínculo de apego excesivo, demostrado con lo que Corazón manifestó sobre Pizza: *“Para mí, más bien es muy relevante. Siento que es como una de mis razones y motivos tanto de estar feliz como de estresarme, preocuparme, entonces prácticamente para mí sí es relevante por eso. O sea, si me hace, me causa muchos sentimientos (...)”* (comunicación personal, 17 de marzo de 2021). Por su parte, Corazón tiene una relación cercana con Amarillo quien es su tía.

Por su parte Pizza tiene una relación cercana con Música quien es su prima.

La relación de Pizza y Corazón para con Negro es conflictiva, como lo hicieron notar en la siguiente conversación:

Pizza: *“Mi relación con ella era increíble, era lo mejor que me había pasado y Corazón no la quería porque estaba más grande y sabía la verdad de las cosas, en cambio yo no, vivía engañadísima, porque estaba muy pequeña, pero Corazón no la quería”*

Corazón: *“(...) o sea nunca nos llevamos mal, no teníamos una mala relación nada más a mí nunca me agrado, pero yo no podía hacer nada, yo no podía decirle a mi papá “le prohíbo hablar con ella”, nada más lo dejaba pasar (...)”*

Corazón: *“No volvimos a tener relación con ella”* (comunicación personal, 4 de marzo de 2021).

4.1.5. Pautas transaccionales

Para Minuchin (1974) las familias se rigen por medio de pautas transaccionales, estas establecen de qué manera, cuándo y con quién relacionarse. Dichas pautas regulan la conducta de los miembros del sistema, así, en las familias participantes se encontraron de: alianzas, coaliciones y rivalidades, además de aspectos religiosos, género, un continuo traslado de funciones y aglomeración en las interacciones.

En la familia 1 entre Vanessa y Manuel existe una alianza; asimismo Tato, Vanessa y Manuel constituyen una tríada debido a que entre Manuel y Tato existe una relación tensa en la cual Vanessa es quien evita el conflicto entre ellos e intenta dar un equilibrio en dicha interacción, reflejado en la siguiente conversación:

Tato: *“A veces Vanessa, yo y Manuel no nos llevamos bien”*

Manuel: *“Con Vanessa no hay ningún problema, con Tato hay un poco de inconvenientes (...)”*

Investigadora: *“¿Tato acude a Vanessa?”*

Vanessa: *“Mejor dicho no puedo haberlo dicho”*

Manuel: *“Vanessa es el neutro entre esos dos”.*

Manuel: *“Exacto Tato busca la iluminación de Vanessa, busca el calorcito de Vanessa...”*

Manuel: *“Realmente creo que Vanessa escogió al sol porque mi hermana tiende a eso alumbra más que... de hecho esa es la que da la iluminación y da la ayuda a mí y a Tato.”*

A lo que concluyen diciendo:

Tato: *“Creo que el personaje más relevante es Vanessa, ¿Verdad Manuel?”*

Manuel: *“Vanessa”* (comunicación personal, 15 de marzo de 2021).

La familia interactúa con poca comunicación y comprensión entre sus integrantes, como Tato explicó: *“Hay mucha falta de comunicación, ya que no se acepta lo que los demás dicen”* a lo que Vanessa añade: *“Siento que tal vez la comunicación, aquí se restringe mucho la comunicación, comunicación como familia no tenemos”* (comunicaciones personales, 8 de marzo de 2021) y Manuel incorporó a todo esto: *“Cuesta mucho la comunicación, tenemos el problema que nos cuesta aceptar que nos digan la verdad, por ese motivo nosotros tenemos mucho conflicto”* y Vanessa finalizó recalando que: *“Poco comprensibles es que no hay mucha comprensión hacia el otro, o hacia lo que le sucede al otro, a veces tendemos a buscar mucho el bienestar propio, es como si alguien tiene un mal día está de chicha, mejor me voy. La comunicación nunca ha sido una virtud en esta familia y somos poco comprensibles”* (comunicaciones personales, 1 de marzo de 2021).

Asimismo, en esta familia se presentan diferentes rivalidades entre hermanos, de lo cual Vanessa expuso que *“La palabra desunión es por esos problemas que se dan entre hermanos”* y Tato agregó: *“(…) mi hija Susana con Alexander o con Manuel que no se pueden ver (…)”* (comunicación personal, 1 de marzo de 2021)

Otro aspecto que se debe recalcar es que esta familia ha convivido bajo una pauta de violencia como lo hizo notar Vanessa: *“(…) antes éramos muy agresivos -todos- como Alexander y Francisco se peleaban se iban a los golpes entonces si nosotros íbamos aprendiendo eso y cuando yo me peleaba con Susana siempre buscábamos los golpes (…)”* (comunicación personal, 19 de abril de 2021).

En la familia 2 se denota que existe una pauta transaccional de género en la relación de los padres con sus hijos en la cual Mauricio argumentó: *“(…) siempre he sentido que digamos es como el agua y el aceite, la hermanilla era una pegosta por ser mujer, desde chiquilla siempre fue muy apegada conmigo, tal vez por ser el papá y MQ yo sentía que era con la mamá porque era el opuesto verdad”* (comunicación personal, 19 de marzo de 2021). Lo anterior ejemplifica la reproducción de una pauta social que se ha establecido con respecto a los roles de género dentro de los vínculos que se deben dar entre los hijos(as) y sus padres.

Además en esta familia existió una coalición de MQ y Mauricio en contra de Innombrable, por lo que, nunca fue aceptado por las actitudes de desagrado que tenía con ellos, además, de las conductas machistas y de violencia para con Tif, como Mauricio lo señaló: *“(…) parece que era muy machista, muy dominante (…)* nos damos cuenta a través de mensajes y todo que él me la maltrató durante quince días (…)” a lo que MQ añadió *“si creo que la agresión fue de las dos, verbal y físicamente (…)* lo transaba por mi hermana” (comunicaciones personales, 9 de marzo de 2021).

En la familia 3 existe una coalición en contra de la ex esposa de Chelito, Mimi, como lo aclaró Mari:

Investigadora: *“Ahora que Gemelos nos hablaba de Mimi que era la esposa de Chelito, la relación de ustedes como familia después de que sucedió el evento ¿Cómo ha sido?”*

Mari: *“Ah no, ahora se rompió la relación”* (comunicación personal, 3 de marzo de 2021), a raíz de que, antes de existir un vínculo amoroso entre Chelito y Mimi se había establecido una amistad cercana de ella con Tuti y la familia, pero, hay una creencia de que, en el transcurso de la relación con Chelito, ella lo lastimó y pudo ser uno de los detonantes para que él se quitara la vida.

También, se reconoce que en esta familia los espacios personales son respetados dentro del sistema, como Plimplim lo aclaró: *“(…) yo tampoco podía tener como una burbuja de cristal como para proteger a papi y a mami por A o B, si cada quien tenía como su propio mundo, su propio submundo. A pesar de que éramos todos, cada quien estaba en lo suyo (…)”* (comunicación personal, 10 de marzo de 2021), generando así interdependencia y confianza entre sus miembros.

Como parte de su sistema de creencias, una pauta fundamental en esta familia a lo largo de su historia ha sido la fe en Dios, situación que les ha brindado fortaleza para atravesar las diferentes adversidades de la vida y en específico la muerte de Chelito, como Tuto lo manifestó: *“Yo fui el primero en llegar donde estaba el cuerpo (…)*le dije a Dios como creyente que lo perdonara, que perdonara lo que había hecho, nadie quería que hiciera eso, quizá ni Dios, pero lo permitió. Y le dije “Dios, usted nos lo prestó” porque los hijos son prestados “se lo entrego”, se lo entrego y no en la forma que hubiera querido, diay se lo entrego” (comunicación personal, 27 de marzo de 2021).

Esta familia se rige bajo la empatía, solidaridad y apoyo tanto dentro del sistema como con el exterior, así como Mari sostuvo: *“Diay pues excelente, yo digo porque los mismos vecinos nos dicen que somos muy colaboradores y todo lo que ellos necesitan vienen a pedirnos, llegan a la casa a tocarnos. Y esto ha sido de siempre”* (comunicación personal, 17 de marzo de 2021).

Por último, en la familia 3, parte de sus pautas es la rotación de funciones en sus interacciones familiares, como lo clarificó Plimplim: *“(…) Creo que todos tienen su momento digamos, o sea me imagino como decir como las películas de los superhéroes o así, creo que todos tienen su momento y pues cada quien se identificará con quien tenga más afinidad por así decirlo, y está bien, no pasa nada”* (comunicación personal, 17 de marzo de 2021).

En la familia 4 existe una aglomeración en sus interacciones familiares, como lo denotó Corazón: *“Pero en general todos buscamos el apoyo en conjunto y la ayuda en conjunto, buscar soluciones y tratamientos en conjunto”* (comunicación personal, 11 de marzo de 2021), produciendo una fusión entre los miembros del sistema y de la familia externa.

Es un sistema en el que la cordialidad, amabilidad y el sostén prevalece a nivel familiar, como Pizza aludió: *“(…) muy serviciales, amables creo yo. Como personas, siento yo que nos ven mucho como personas de apoyo para expresarse y así”* (comunicación personal, 17 de marzo de 2021).

4.1.6. Repetición de pautas que se pueden dar a través de las generaciones

Teniendo en cuenta a McGoldrick y Gerson (1985) las pautas familiares se pueden dar a través de las generaciones, reflejadas en sus dinámicas y estructuras, las que en ocasiones no son percibidas por la familia, esto fue analizado a partir de lo obtenido en el genograma y el mapa relacional de cada sistema, donde en las familias participantes se percibieron inconvenientes en la comunicación, problemas entre hermanos, alcoholismo y suicidios.

En la familia 1, se encontró que en generaciones anteriores se han dado conflictos en la comunicación, como lo hizo notar Vanessa *“En la familia materna no se hablan mi prima y mi tío, creo que ahora ese mismo tío con mi otro primo(...)”*, situación que no se encuentra aislada de la familia como Tato lo indica: *“Por eso decimos que es disfuncional, hay comunicación pero te cortan la comunicación, yo quiero hablar con Alexander y empieza “¡Ay mami es que usted!” y da media vuelta y se va (...)”* (comunicaciones personales, 1 de marzo de 2021).

Asimismo, se presentan problemas entre hermanos como Tato recalcó: *“la familia mía por parte de mi papá sí, se enojan hermanos por años y una tía mía que murió duró años sin hablarle a mi papá y si tienen ese problema por la familia de mi papá”* (comunicación personal, 15 de marzo de 2021), esta pauta de rivalidad entre hermanos se ve presente en esta familia como fue descrita en la subcategoría 4.1.4 denominada: “Pautas transaccionales”.

En la familia de origen de Tato se ha dado un uso excesivo de licor como Vanessa manifestó: *“Vienen de alcohólicos, digamos también todos los hermanos de mi abuelo fueron alcohólicos”* (comunicación personal, 15 de marzo de 2021), siendo así, un patrón repetido específicamente por los tres hijos mayores como Manuel expuso: *“solo Vanessa y yo somos los únicos que no tomamos ese camino del alcohol y no agarramos ese vicio (...) sí, los tres mayores consumieron”* (comunicación personal, 1 de marzo de 2021).

Ahora bien, según McGoldrick y Gerson (1985) en muchas ocasiones los problemas que se presentan en una familia han sucedido en generaciones anteriores, circunstancia que es reflejada en las familias 1 y 3 con la muerte por suicidio, siendo esta una pauta de funcionamiento transgeneracional encontrada en los genogramas familiares. En la familia 1, Tato recalcó que: *“(...)igual que mi primo y José me dolió que se suicidaran, pero tampoco fue tan grande tan grande como el de Francisco ¿Verdad? A pesar de que se murieron por lo mismo (...)”* (comunicación personal, 19 de abril de 2021).

En el caso de la familia 3 se anudó a un secreto familiar como se denotó en el siguiente diálogo:

Plimplim: *“Yo recuerdo a una tía diciendo que estábamos viviendo esto otra vez. Yo no sabía que digamos que mi tío se había quitado la vida, entonces fue como algo que llegué a enterarme ya muy grande, o sea era un tema como que no se había tocado(...) Yo creo que nada más en ese momento di yo decía hijuepuchis como fue que yo no sabía (...)yo nada más sabía que se había muerto y pensaba en mi mundo de que se había muerto en un accidente de tránsito, no sé por qué.”*

Investigadora: *“¿Esto solo te pasa a vos? o ¿Gemelos vos también? ¿Vos no sabías de que tu tío había muerto?”*

Gemelos: *“No, yo sí sabía sobre mi tío, pero diay yo cuando me di cuenta yo dije: pero diay como se fue a quitar la vida verdad (...) Como no se hablaba ni papi me decía nada entonces yo nunca hice ningún comentario verdad, porque uno respetaba verdad. Y antes era así verdad, es que antes este tema del suicidio era algo terrible (...)” (comunicación personal, 3 de marzo de 2021).*

De manera que esta situación llevó a que en la familia 3, sus integrantes comenzaron a crear escenarios inexistentes de la causa de muerte debido a la prohibición de hablar sobre el tema y de preguntar a quienes sabían la verdadera historia, porque se consideraba un tema tabú en el sistema hasta que falleció Chelito.

4.1.8. Clima emocional

Las personas pertenecen a una familia y dentro de esta los sentimientos de cada miembro influyen entre sí, en la que se da lo que Linares (2012) llama como clima emocional, donde se establece de forma implícita cuales son los sentimientos que se toleran o no dentro del sistema y los niveles de expresión de los mismos. Otro aspecto que según este autor incide en torno a los sentimientos son los rasgos de personalidad, etapa del desarrollo y el nivel de importancia que se le otorga a las distintas situaciones según cada integrante, condicionando la dinámica familiar en sus interacciones y la expresión de los sentimientos. Por lo cual, la comunicación de las emociones dentro de las familias participantes engloba la poca libertad de expresión, comodidad al manifestar los sentimientos e influencia del sentido de protección para con los otros(as), normas sociales que median en la forma y en quienes deben expresar los sentimientos.

De manera que, se destaca que en la familia 1 los integrantes no pueden expresar los sentimientos por la dinámica presente que ha afectado los canales comunicacionales, como Manuel sostuvo: *“no hay la libertad de expresar el sentimiento en el momento que se tiene, ni*

después” (comunicación personal, 8 de marzo de 2021). Dicha situación en esta familia podría estar íntimamente relacionada a que existe una falta de aceptación entre sí, como lo hizo notar Vanessa: *“tenemos la manía de querer cambiarnos a como somos, esto porque a cada uno le gusta tener el control”* (comunicación personal, 8 de marzo de 2021). Las pautas de interacción del sistema generan que el clima emocional familiar presente restricciones entre sus integrantes llevándolos a eludir lo que sucede dentro de la familia, como Tato lo indicó: *“(…) siento que tal vez la comunicación, aquí se restringe mucho la comunicación, comunicación como familia no tenemos entonces siento que ya después de ahí al no tener comunicación no podemos llegar y expresar, vea me siento con esta tristeza o de verdad tengo este dolor, cuando no hay comunicación vienen ese montón de sentimientos que se evaden y se evitan”* (comunicación personal, 8 de marzo de 2021).

También, se encuentra un mensaje incongruente, pues, esta familia tiene normalizada la pauta transaccional de violencia, pero a pesar de la ayuda profesional que han tenido y ser conscientes de esto, continúan invisibilizando las reacciones agresivas que constantemente están presentes, como Tato refirió: *“(…) Aquí no se puede hablar porque si usted le va a decir algo a, inclusive hasta Manuel, entonces te hacen caras, inclusive a mí ellos me dicen que me hace falta rigidez con Alexander que haga cosas sin permiso mío, entonces vieras que difícil. Es una familia muy disfuncional esa es la palabra (…)”* (comunicación personal, 1 de marzo de 2021).

En la familia 2 en razón de las pautas interaccionales implícitas se ha restringido la expresividad de ciertas emociones porque son consideradas personales, para evitar la lástima o lastimar a terceros, para que no los perciban con debilidad o como “los malos” y ser juzgados. Lo cual es dado por ciertas pautas sociales establecidas, especialmente en aspectos de género, como se demostró en lo dicho por MQ *“No suelo expresar cuando me duele o me entristece algo. O al menos no me siento cómodo, o sea como por no molestar a la otra persona”*, a lo que Mauricio añadió: *“No me gusta expresar cuando estoy con ira o en algunos momentos de mi vida que haya tenido dolor o ira por algo, no me gusta expresarlo. Es un sentimiento, para mí, muy personal (…)”* (comunicaciones personales, 9 de marzo). Por último, se evita del todo la expresión de ciertos sentimientos porque debido al sistema de límites difusos con el que interactúa esta familia se genera un sentido de protección, así que, la exteriorización de una emoción que algunas veces se categoriza como agresiva podría lastimar a los demás miembros, evitando el caos y los problemas para sostener la homeostasis que han mantenido por algún tiempo, como MQ indicó: *“(…) yo con ira prefiero no expresarla porque haría el problema*

más grande” y Mauricio amplió diciendo “(...) Entonces yo trato más bien de no expresar, de no tener ese sentimiento para no florecer más la ira de la otra persona. A pesar de que yo he tenido un sentimiento de ira (...) en la familia trato de no expresarlo (...)” (comunicaciones personales, 9 de marzo de 2021), siendo así, una creencia compartida a nivel familiar. En el caso de MQ, piensa que si en algunas ocasiones expresa lo que siente no será escuchado, demostrado en el siguiente diálogo:

MQ: “(...)Igual por lo mismo, porque realmente no es como que yo lo exprese o sienta la necesidad de expresarlo digamos”

Entrevistadora: “MQ ¿Vos siempre has sido así de no expresar mucho tus emociones? ¿O es de un tiempo para acá?”

MQ: “No no, siempre, en realidad siempre he sido así”

Entrevistadora: “Pero ¿Si se siente con la tranquilidad de que si quisiera expresar algo usted lo puede expresar? ¿O es porque siente que si lo expresa como que no es bien recibido o que te van a ignorar o...?”

MQ: “Si, si por ahí va la cosa digamos...” (comunicación personal, 9 de marzo de 2021).

En la familia 3, los miembros sienten confianza entre ellos(as), teniendo así libertad de expresión con respecto a lo que piensan y sienten, puesto que, perciben que su familia es un espacio seguro, tal como lo argumentó Mari: “Por el alivio que uno puede sentir y estar ya en paz, diay más dentro de la familia que uno más lo ayuda”, mientras que Plimplim añade: “Porque es como el lugar seguro, o sea, que tal vez uno viene ahí todo ofuscado por algo y ya tal vez ellos pusieron atención y como dice Gemelos con solo la escucha ya se aliviana el peso” (comunicaciones personales, 10 de marzo).

La pauta transaccional familiar de fe en Dios es parte de su sistema de creencias, utilizada para afrontar la pérdida y el dolor que esta conllevó, que converge con los sentimientos familiares y en los niveles de expresión de los mismos, como Gemelos lo señaló: “(...) gratitud a Dios verdad, por haberlo encontrado a él (...) Entonces siempre le vivo agradecida a Dios por devolvérselo verdad”, a lo que Tuto añadió: “(...) todo lo puse en manos de Dios, se lo entregué ahí donde lo encontré se lo puse en manos de Dios (...)” (comunicación personal, 10 de marzo de 2021).

Otro punto valioso a destacar es que en esta familia al igual que en muchas, existen distintas personalidades entre sus integrantes, elemento que influye en la expresividad de las emociones, pero al existir una pauta transaccional de respeto hacia la diversidad ha permitido que se establezca un clima emocional flexible, mediado por un sentido de protección ante los

demás miembros junto a una escucha activa y empática, como Gemelos sostuvo: *“diay porque uno tiene que contenerse en algunas cosas verdad para no causar un problemón”* y Mari agrega que en cuanto al temor: *“si yo les digo es aceptado y ellos me ayudan”* (comunicaciones personales 10 de marzo de 2021).

Con respecto a la familia 4 hay emociones que no tienen restricciones en su exteriorización, si un miembro manifiesta sentirse de una manera el resto del sistema comparte el sentimiento, demostrado en las respuestas de las participantes en las entrevistas, ya que, no existieron opiniones personales, sino que fueron totalmente homogéneas, como quedó comprobado en el siguiente diálogo:

Pizza: *“En mi familia siento que siempre se alegran por la alegría de otros, siento que siempre lo expresamos y siempre se alegran con uno”*

Corazón: *“Lo mismo que Pizza”*

Además, sobre la ira manifestaron que:

Pizza: *“Hay algunas cosas que me dan ira, pero uno tiene que controlarse, uno no puede andar quejándose de todo lo que me moleste”*

Corazón: *“Lo mismo”* (comunicaciones personales, 11 de marzo de 2021).

Por la falta de claridad en los límites, hay una creencia compartida de que los sentimientos son homogéneos a nivel grupal eliminando la diversidad de los integrantes que conforman la familia, como Corazón aludió: *“Creo que todos los sentimientos son compartidos (...) Todo el mundo se angustia, todo el mundo se preocupa, todo el mundo busca apoyo”* (comunicación personal, 11 de marzo de 2021). De igual forma, esta situación fue aclarada y ejemplificada anteriormente en la subcategoría 4.1.5 nombrada: “Límites”.

Finalmente, en esta familia existen emociones que no tienen gran impacto en su dinámica, pues, por su sentido de grupalidad tan arraigado y la creencia social de que hay sentimientos negativos se limita su expresión para no afectar la aglomeración del sistema, protegiendo así su homeostasis, como sostuvo Corazón: *“hay algunas cosas que me dan ira, pero uno tiene que controlarse, uno no puede andar quejándose de todo lo que me moleste”* (comunicación personal, 11 de marzo de 2021).

4.2. Percepción compartida de la pérdida en la familia

Este evento trae un desequilibrio tanto a nivel individual como a nivel familiar, a lo que Pérez (1999) sostiene que, el proceso de duelo implica una reorganización del sistema a corto o largo plazo y en el cual su desarrollo se da de manera individual y familiar donde se influyen

entre sí. Debido a que, esta experiencia es traumática y sumamente dolorosa se presentó el pensamiento altruista de desear que nadie más atravesara este evento como Plimplim lo mencionó: “(...) decirle a mami, reconocer el cuerpo, elegir el ataúd, todas esas cosas son cosas que no se las deseo a nadie pero creo que es parte del vivir y el sobrevivir” (comunicación personal, 27 de marzo de 2021) y Tuto añadió: “tenemos sentimientos encontrados, que nadie quisiera pasar eso, no quisiera que nadie pase lo que nosotros pasamos” (comunicación personal, 3 de marzo de 2021), sin embargo, se debe reconocer que tal como Mora (10 septiembre, 2019) lo aclara y de acuerdo con datos del INEC en Costa Rica la tasa de suicidio ha aumentado en 19 años, siendo un tema recurrente a lo largo de la historia de la sociedad.

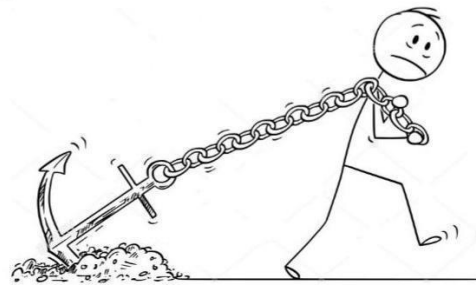
En los relatos compartidos por las familias participantes en las entrevistas sobre su experiencia de duelo se rescataron en la transcripción de las mismas una serie de metáforas manifestadas por cada sistema. Estas se consideraron sustanciales de representar para resaltar el proceso de duelo atravesado por cada familia, siendo así, dichas metáforas fueron representadas en las figuras 13, 14, 15 y 16:

Figura 13

Metáfora del proceso de duelo: familia 1

"Cargar como con esa
ancla del barco"

Familia 1 (2021).



Fuente: Elaboración propia a partir de los relatos de la familia 1.

Figura 14

Metáfora del proceso de duelo: familia 2

"Como si lo hubiera revolcado
a uno un tsunami"

Familia 2 (2021).



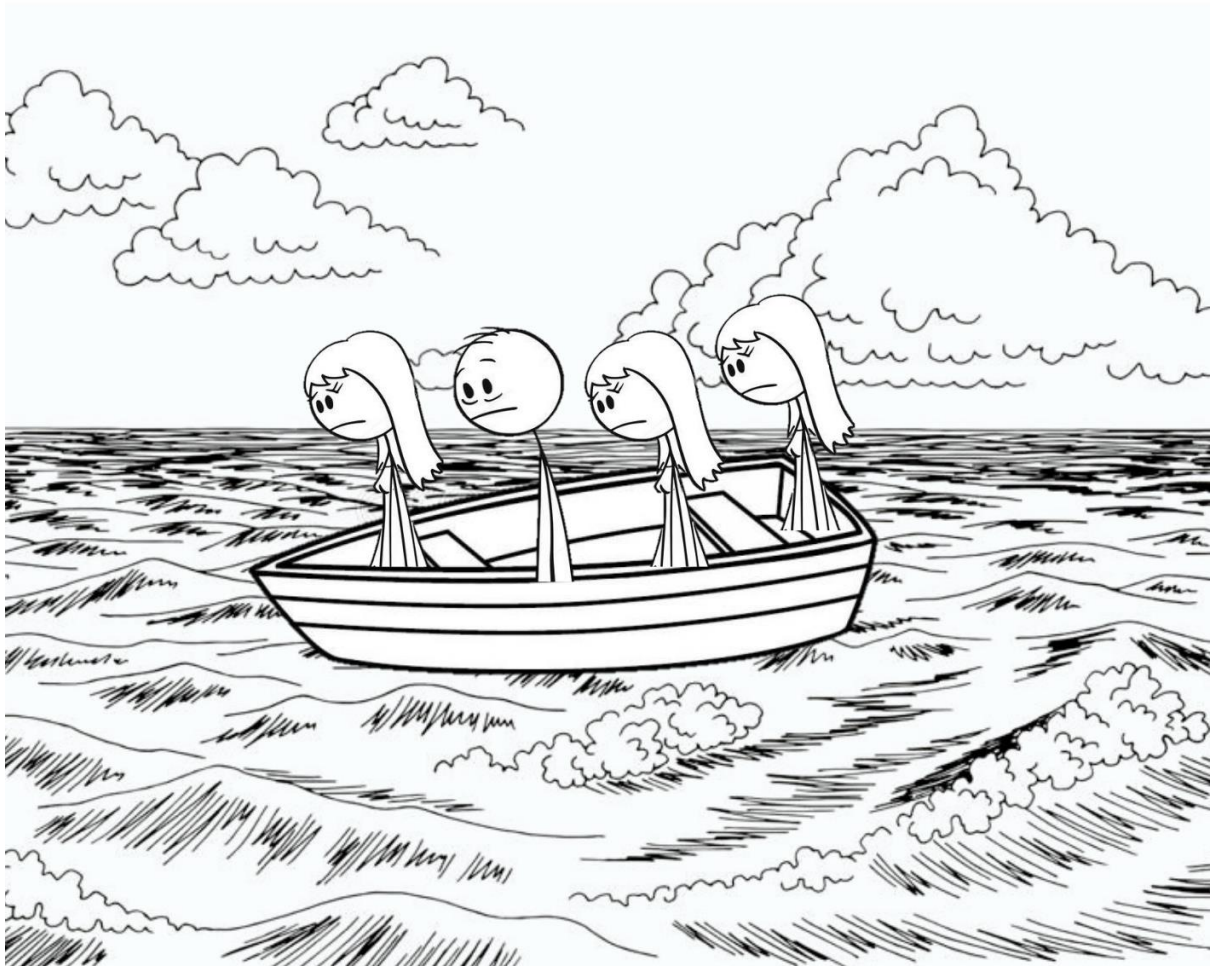
Fuente: Elaboración propia a partir de los relatos de la familia 2.

Figura 15

Metáfora del proceso de duelo: familia 3

"Como un barquito a la deriva"

Familia 3 (2021).



Fuente: Elaboración propia a partir de los relatos de la familia 3.

Figura 16

Metáfora del proceso de duelo: familia 4

"Como una tormenta de dudas"

Familia 4 (2021).



Fuente: Elaboración propia a partir de los relatos de la familia 4.

De estas vivencias representadas anteriormente, se destacaron algunos de los elementos en común que se encontraron en este proceso complejo de dilucidar por las familias, los cuales se dividieron en las siguientes subcategorías:

4.2.1. Muerte inesperada

El suicidio es una muerte que sucede de manera inesperada, no permite que la familia se prepare para la reacomodación antes de que suceda la pérdida y trae en las familias un duelo

distinto al que se vive por otras pérdidas, así Pereira y Vanotti (2011) indican que, una “muerte esperada” permite que los sistemas puedan reorganizar de manera progresiva la vida en familia para enfrentar la pérdida, pues, anticipadamente sabrán qué sucederá con su realidad. Sin embargo, en las familias participantes se encontró que, aunque plantearon que la pérdida fue de carácter inesperado, en algunos de los sistemas existió cierto tipo de aviso previo que funcionó para la preparación anticipada de la muerte.

No obstante, en la familia 1 no fue tan imprevisible por los reiterados intentos de Francisco de atentar contra su vida, a lo que Tato destacó que: *“él intentó hacerlo bastantes veces (...) intentó atentar contra su vida desde los 12 años”* (comunicación personal, 1 de marzo de 2021) y Vanessa lo reafirmó diciendo *“Mi hermano no lo intentó una vez, lo intentó varias veces (...)”* (comunicación personal, 27 de marzo de 2021).

La familia 2 se encuentra en una etapa en la que aún trabaja en su proceso de duelo, pero recalca que el carácter inesperado es lo que ha convertido su proceso en algo complejo de dilucidar, como Mauricio lo mencionó: *“(...) pero si trato de decir bueno ya son 2 años, tengo que seguir adelante, tengo que tenerla en el corazón. Creo que la parte difícil es esa verdad, creo que en la parte del suicidio lo difícil es que no lo esperás nunca”* (comunicación personal, 2 de marzo de 2021) y MQ agregó: *“(...) la de mi hermana sí...sí fue un revuelto la verdad, más porque yo sigo pensando que una muerte inesperada, que te llamen y te digan pasó esto, diay golpea muchísimo más que saber que tiene una enfermedad y en cualquier momento puede morir por decirlo (...)”* (comunicación personal, 19 de abril de 2021).

En el caso de la familia 3 la muerte fue imprevisible, de una forma que ni siquiera lograron notar ningún tipo de señal por parte de Chelito, como Plimplim lo explicó: *“pongamos el ejemplo así las otras familias que ustedes la otra vez los pasaban, había una familia que refería a que lo había intentado muchas veces (...) digamos con Chelito no fue así, Chelito no hubo ninguna señal aparente o algo verdad”* (comunicación personal, 19 de abril de 2021), a lo que Gemelos agrega *“fue un golpe tan inesperado”* (comunicación personal, 3 de marzo de 2021).

Por su parte, la familia 4, indica que fue un evento inimaginable dentro de su realidad, así lo planteó Corazón: *“(...) a nosotras nos pasó, que obviamente como fue algo muy repentino y muy inesperado, no teníamos idea de cómo manejarlo, de que pasaba después”* (comunicación personal, 27 de marzo de 2021), a lo que Pizza recalcó *“(...) porque nadie jamás habría esperado eso, todos creían que había sido un accidente (...)”* (comunicación personal, 4 de marzo de 2021). Sin embargo, pese a que tuvo esta característica, la familia contó con un

tiempo breve para prepararse a nivel psicológico de lo que vendría puesto que Morado fue trasladado a un quirófano, tal como Corazón enfatizó: “(...) *el haberme dicho que había tenido un accidente, que estaba en una cirugía grave, me preparó o sea que eso nos ayudó en cierta forma. A mi darme esa previa, de estar en una sala de cirugía, los doctores no saben si lo van a poder salvar y demás, me preparó como para ok esté lista porque los doctores no saben si lo van a salvar, entonces yo ya tenía muy abierta la posibilidad de que si iba a morir*” (comunicación personal, 4 de marzo de 2021), dicha situación trajo una asimilación previa a la posibilidad de su muerte.

4.2.2. Factores a lo interno de las familias que influyeron en el proceso de duelo

Desde la posición de Yi Yi (2015) hay diferentes factores que influyen en el proceso de duelo de la familia como: el afecto, rol y poder que tenía el fallecido en el sistema, las pautas comunicacionales, el ciclo vital de la familia y tipo de muerte. Siendo así el suicidio provoca una serie de cambios y transformaciones a nivel familiar que trae un desequilibrio, a causa del grado de apego y cohesión, junto a las capacidades con las que cuente el sistema para enfrentar las crisis.

El proceso de duelo en las familias participantes implicó individualización entre sus integrantes, negación de la pérdida, baja tolerancia en los duelos personales conllevando a una desconfirmación de las emociones y una adaptación a la situación vivida con respeto en la diversidad de los duelos. Es decir, este proceso no se puede homogenizar en las familias, puesto que, depende de las características propias de cada una, que ha llevado a que tuviera diferentes formas de respuesta ante el duelo.

Por su parte, la familia 1 al desenvolverse con transacciones disfuncionales y con límites rígidos se ha desarrollado un nivel bajo de apego y cohesión que ha conllevado a que cada miembro viva el proceso de duelo de manera individualizada, puesto que, se ensimismaron en su dolor y sobrellevaron las emociones de manera aislada unos de otros, como Tato comentó: “(...) *Manuel es muy reservado para eso, no le gusta hablar, Alexander es otro que tampoco le gusta hablar, ni Susana (...)*” (comunicación personal, 1 de marzo de 2021) haciendo referencia a que a sus hijos no les gusta hablar sobre la muerte de Francisco, a esto añadió Tato: “*es un tema que aquí no se toca mucho*” (comunicación personal, 27 de marzo de 2021).

Ahora bien, un estadio del proceso de duelo que se puede dar en las familias es la negación, la cual es una forma de protección hacia lo que se vive y que trae una afectación emocional, a lo que, Cabodevilla (2007) sostiene que es negar la pérdida y percibir la muerte

con un menor grado de importancia de lo que realmente es. Este mecanismo homeostático se dio en ciertos integrantes de la familia 1, al presentarse como un rechazo a la realidad manifestado en la evitación a compartir sobre el evento, a lo cual Tato manifestó que: “(...) *mi hijo casado no le gusta tanto hablar de eso, mi otra hija tampoco le gusta mucho hablar de eso (...) más bien ahora yo les dije ayudemos, pero... no es algo que les guste... digamos o hablarlo, o cada uno lo lleva en su corazón (...)*” (comunicación personal, 27 de marzo de 2021). Asimismo, a causa de que, esta muerte produce una crisis en las familias ante esta pueden responder con rigidez, de modo que, se podrían dar ciertas conductas riesgosas para la salud como el abuso de la ingesta de psicofármacos, la automedicación o el inicio de consumo de este tipo de medicación raíz del agudo dolor que provoca la pérdida, como fue indicado por Tato: “*Yo tomo clonazepam, actualmente los tomo esto desde que murió Francisco y fluoxetina (...) no puedo dormir si no me las tomo*” (comunicación personal, 15 de marzo de 2021), junto al aumento en el consumo de alcohol como lo hace notar Manuel: “(...) *cuando Francisco falta, Alexander empieza a tomar solo, pero llegó a un punto donde lo tenía un poco consumido (...)*” (comunicación personal, 8 de marzo de 2021), de esta manera Alexander ocupó el rol que portaba Francisco del síntoma que mantuvo la homeostasis familiar, pero, generó una parálisis en el ciclo de su proceso de duelo por un determinado tiempo. Sin embargo, a causa de que la familia mostró malestar con esta sintomatología, varios años después Alexander rompió con la pauta transgeneracional de alcoholismo que cumplía. Es importante señalar que han sido conductas propias de la dinámica en el sistema antes del evento, tornándose elementos característicos de la historia familiar, pero, en el proceso de duelo se manifestó un aumento en la intensidad de dichos comportamientos de riesgo.

Se rescata que como Yi Yi (2015) indica, la pérdida va a generar conflicto en la armonía establecida, malestar en el sistema y es una vivencia individual que se experimenta en el interior de una familia, que produce que los integrantes se influyan recíprocamente en su proceso llevando a que todos(as) se sientan afectados; pero, dicho dolor es distinto para cada persona y en muchas ocasiones hay quienes se enfocan solamente en su propia aflicción, subestimando los sentimientos de los demás. En la familia 2 uno de sus integrantes ha intentado trasladar su proceso de duelo a su hijo, con quién comenzó a vivir a partir de la pérdida, trayendo como resultado una tensión entre Mauricio y MQ, ya que, el padre se ha ensimismado en su dolor y ha intentado arrastrar a que MQ sobrelleve el proceso de la misma forma que él.

Además, MQ no se ha expresado con Mauricio como este desearía como quedó demostrado en el siguiente diálogo:

Investigadora: “MQ vos no sos de expresar mucho tus sentimientos, pero de hacerlo ¿Con quién te sientes más cómodo haciéndolo con Mauricio o doña María?”

MQ: “Así de sentirme cómodo, la verdad es que, con ninguno, o sea desde lo sucedido yo... pasó lo que pasó y yo estaba en la playa, estaba a 5 horas de donde estaban ellos entonces yo tuve que devolverme, cuando yo me devolví... yo en ese trayecto de 5 horas fui mentalizándome que yo tenía que bloquear cualquier sentimiento y tenía que llegar a apoyar a mis papás. Yo no podía llegar y desvanecerme al frente de ellos porque yo sabía lo que ellos estaban sintiendo y más bien iba a ser al revés y dicho y hecho así fue. Entonces desde ahí yo sí trato de guardarme mucho las cosas de lo sucedido ante mis papás porque al menos sé por el duelo que están pasando y no suelo incomodarlos más con el tema digamos” (comunicación personal, 9 de marzo).

En el diálogo anterior, se ilustra cómo MQ expresa que se ha cerrado a exteriorizar sus emociones y pensamientos en cuanto al tema para no incomodar a sus padres y ante dicha afirmación realizada su padre no reaccionó, ya que, no manifestó el dolor por medio del llanto como su padre sí lo hizo a lo largo de las entrevistas, considerándose que Mauricio cree que esta es la manera de demostrarlo, con la cual se sentiría satisfecho, evidenciando así que, aunque MQ ha intentado externar sus sentimientos con respecto a la pérdida ha sido desconfirmado por parte de su padre.

Pereira (2002) plantea que, los canales comunicacionales de las familias se pueden ver afectados cuando sufren una pérdida y en mayor medida si la persona que falleció tenía un papel importante en cuanto a la comunicación. En esta familia la reorganización de dichos canales de comunicación se ha complicado, puesto que, Tif era esencial, como Mauricio lo aclaró: “(...) Entonces ella sí era de levantarse todas las mañanas y llamarme por teléfono, MQ digamos no lo hace él tiene su manera de expresar su cariño, Tif tal vez por ser mujer era más pegajosa conmigo, de sus problemas y sus cosas” (comunicación personal, 4 de mayo de 2021). Por lo tanto, el haber perdido este canal comunicacional con su hija cuando ella muere y no recibir de MQ el mismo tipo de comunicación ni la relación fusionada que estaba acostumbrado a tener con Tif, ha perjudicado este sistema. Situación que llevó a que Mauricio se acercara mayormente a Francisco, quién ha suplido parte de las necesidades comunicacionales de Mauricio, como él mismo lo planteó “(...) Digamos hablo mucho con mi hermano, mi hermano me habla mucho de ella (...)” (comunicación personal, 2 de marzo de 2021), ocasionando así una tríada entre Mauricio, Francisco y MQ, como se ejemplifica a continuación: “(...) Creo que el círculo hemos sido MQ, mi hermano y yo, los que más

hablamos del tema, los que más nos acercamos(...)” (comunicación personal, 9 de marzo de 2021).

En esta familia, al igual que la anterior, en el proceso de duelo se ha presentado hasta la actualidad un período de negación, que según Cabodevilla (2007) puede darse como una idealización hacia la persona fallecida, conducta presente en el sistema por la representación idealizada de Tif que se da porque mantienen una resistencia por abandonar la realidad que tenían junto a ella. Igualmente, Aronson (1978) recalca que la muerte de un hijo relevante en la dinámica del sistema familiar moviliza el equilibrio de este durante un tiempo prolongado, siendo así en esta familia, a causa de que, Tif tenía un rol de centralidad y un vínculo fusionado con su padre, que ha ocasionado una inestabilidad en el funcionamiento familiar por la ausencia de ella, de modo que, aún se encuentran en desequilibrio. Por ende, a raíz del nivel de cohesión, alto apego en el sistema y que la dinámica familiar giraba en torno a Tif, desde su muerte esta familia ha tenido un reacomodo significativo en cuanto a las reglas e interacciones, por eso la elaboración del proceso les ha tomado mayor tiempo y gasto de energía, lo cual ha provocado una cronificación y con ello una prolongación del duelo tal como lo expone Pérez (1999) planteando que, la cronificación se da cuando se idealiza al fallecido y no hay cabida para sentimientos ambivalentes por esta persona.

En la familia 3 sus límites flexibles, el nivel de cohesión y apego trajeron como resultado que el duelo familiar los llevara a la aceptación de la muerte bajo un reacomodo a la circunstancia, debido a que, cada uno comprendió que los demás integrantes podían encontrarse en diferentes etapas del duelo, por lo que, hubo respeto entre los miembros en el cual todos(as) pudieron expresarse sin restricciones y a su tiempo, como Plimplim lo expresó: “(...) *mami lloraba mucho, mami expresaba mucho, mami sentía mucho, papi siempre ha sido como más callado, más tranquilo, entonces a mí me preocupa mucho lo que papi estaba sintiendo porque sabía que mami estaba expresando, pero tal vez papi le costaba más, Gemelos yo creo que también le costaba mucho, lloraba mucho, yo no lloré, o sea yo lloré hasta cuatro meses después, creo que fue como di yo quería proteger a todos, tontamente, porque di todos necesitamos(...)*” (comunicación personal, 27 de marzo de 2021).

Virizuela, et al. (2007, citado en Turmo, 2018) propone que la familia es un soporte emocional, así que, en las que hay menor cantidad de conflictos y mayor unión se da una mejor adaptación al duelo debido a los niveles de afecto existentes, esta fue la forma en la que los integrantes de dicha familia se brindaron fortaleza durante el proceso por el sistema vincular que tienen establecido. Adicionalmente, como indica Astudillo, et al. (2007) de acuerdo a la

estructura de cada familia los sistemas pueden transformar lo vivido, aceptando así la nueva realidad donde el fallecido no forma parte del contexto, pero no es olvidado. Situación que se presentó en este sistema, a causa de que el nivel de apego es alto entre sus integrantes y existió un apoyo en el proceso entre sí, como fue planteado por Plimplim: “(...) también creo que hubo mucha unión, porque recuerdo que el día del entierro empezamos a ver una película con mis sobrinos, con mi otra hermana, este igual en los rezos porque hicimos como novenario porque siempre hubo un ratito de nosotros para poder externar (...) pero creo que siempre fue mucha unión, creo que en medio de todo él seguía ahí ¿Verdad? uniéndonos como familia, tratándonos de entender con el dolor que cada uno pasaba y transmitía, pero diay yo creo que fue así, yo creo que nunca nadie se alejó y si alguien se alejó se jaló de nuevo” (comunicación personal, 27 de marzo de 2021). Todo esto benefició la resolución del duelo familiar, provocando que se centren en mantenerse en el presente como una herramienta para apaciguar la abrumadora incertidumbre sobre lo que puedan experimentar a lo largo de sus vidas, aspecto que lo hizo notar Mari diciendo: “(...) debemos tener que vivir un día a la vez” y Gemelos agregó: “(..) y diay, que de verdad tenemos que vivir un día a la vez porque di no sabemos el mañana” (comunicaciones personales, 3 de marzo de 2021). Asimismo, a pesar de lo complejo y doloroso que puede ser la aceptación de la pérdida, esta familia, a causa de la fe en Dios que poseen se han sostenido de esta idea para poder sobrellevar la muerte, con lo que Plimplim explicó: “(...) todo lo que pasó era porque tenía que pasar, para mí, entonces no es como que repetiría algo o no. O sea, de verdad deseaba como no haberlo vivido por así decirlo, pero di fue lo que sucedió en el momento y demás, y pues gracias a Dios lo hemos ido ahí enfrentando verdad (...)” y Tuto añadió: “(...) pedirle a Dios que nos siga dando esa fortaleza y la sabiduría para afrontar el día a día. Diay yo creo que ella también le pide a Dios que le ayude a ella y que nos ayude a nosotros también” (comunicación personal 3 de marzo de 2021).

Por otra parte, la hermana menor fue la que se encargó de la organización de los rituales y ayudó en las necesidades y demandas que tenían los miembros de la familia en el momento de la pérdida, quién ejerció en ese momento un rol de liderazgo, siendo este un aspecto importante, pues, como se mencionó con anterioridad las funciones en este sistema son rotativos porque dependen de las circunstancias. El que ella ejerciera este papel conllevó a que su sentido de protección se mantuviera activo durante un tiempo, trayendo como resultado que su duelo se paralizara y meses después cuando encontraron el equilibrio familiar, ella empezó a trabajar sobre su propio duelo, así lo denotó Plimplim: “No, yo creo que cuando pasó, por así decirlo, yo no me pude expresar hasta como mucho tiempo después... o sea no podía llorar,

pero fue como un bloqueo mío porque como todo fue así... o sea un día a la vez. Donde en ese momento a mí me tocó como ir a elegir el ataúd y demás, o sea, cosas como que yo pasé de ser como la hermana menor a la hermana mayor porque Gemelos tenía que explicarle a sus hijos lo que estaba pasando, digamos papi y mami en ese momento evidentemente no tenían la condición para hacer algo más que estar acá y Tuti estaba fuera del país. Entonces como que yo tuve que asumirlo, no hubo forma entonces yo no tuve tiempo como de poder expresarlo. Luego lo expresé como hasta julio digamos, eso pasó en febrero, y pude llorar hasta Julio porque todos lloraban y todo, y todos realizaban su duelo como tal y yo estaba como bloqueada” (comunicación personal, 3 de marzo de 2021).

Por su parte, Rodríguez y Kerr (2011) indican que cuando existe un alto nivel de fusión en el sistema la reactivación familiar será elevada y la experiencia personal de un integrante llega a incidir en los demás miembros, así, la influencia de las situaciones adversas será mayor en la familia. Como en el caso de la familia 4, además de poseer límites difusos tienen una intromisión de la familia materna con la cual las fronteras se han desvanecido, esto provocó que la muerte de Morado tuviese una afectación significativa no solo en el núcleo familiar sino en los miembros de la familia extensa, como lo mencionó Corazón: *“(...) Mi papá fue muy importante para muchos de mis primos entonces para ellos también fue muy duro, muy fuerte, por eso no tocan el tema”* (comunicación personal, 4 de marzo de 2021) y ampliaron con el siguiente diálogo:

Pizza: “(...) cuando se murió mi papá, aquí en la familia materna pegó muy fuerte no solo a nosotras, sino a la familia en sí, porque digamos mi abuela o sea ella...”

Corazón: “Sí para mi abuela era como un hijo (...)” (comunicación personal, 4 de marzo de 2021).

Es importante rescatar que, esta familia contó con ayuda profesional en salud mental, lo cual ayudó en la transformación del sistema, con respecto al duelo que estaban sobrellevando, además otro elemento que ayudó en el afrontamiento de la crisis que atravesaba la familia fue las redes de apoyo con conocimientos en la temática de duelo, ambos fueron soportes emocionales que les proporcionaron estrategias de afrontamiento para el proceso. Debido a estas herramientas adquiridas de sus redes de apoyo existió respeto en las etapas del duelo que se presentaron a nivel familiar en distintos momentos, como lo sostuvo Corazón: *“bueno yo siento que a nosotras nos ayudó mucho mi mamá, ya que tiene mucha formación y maneja mucho el tema de los duelos, varias cosas de psicología y demás, entonces ella se enfocó mucho en que teníamos que manejar el duelo, en que teníamos que respetar el duelo de*

cada una, de buscar por separado como hacer que cada una atravesara su duelo, ella nos dio el tiempo, la posibilidad, la tranquilidad y la libertad de llevar el duelo, y entonces siento que ahorita lo llevamos bien” (comunicación personal, 4 de marzo de 2021). No obstante, debido al rol de protección que Corazón tenía para con Pizza, al momento del luto tuvo una preocupación desmedida con el duelo de Pizza, priorizando así el de su hermana y provocando que dejara de lado sus propias necesidades y sentimientos, situación que convirtió su proceso en uno retardado como lo expuso Corazón: “(...) *mi duelo fue retardo por ella. Ella al principio estaba muy tranquila, como que no había entrado en razón, ya cuando entró en razón ella hizo una crisis bastante complicada, fue muy difícil de tratar de hablarla, porque igual como decía, ella se cerró mucho en la idea, entonces fue una crisis más explosiva, la mía fue más en silencio, se desahogó mucho con mí mamá y demás, yo hasta que entré en razón, 7 u 8 meses después, entonces ya entré en una depresión en que no podía estudiar, no podía concentrarme*” (comunicación personal, 4 de marzo de 2021) y esto lo volvió a retomar en el grupo de discusión diciendo: “(...) *mi duelo fue retardado también, yo también intenté proteger en especial a mi hermana, entonces para mí durante los primeros 6 meses era algo que no había pasado realmente, hasta después fue que ya empecé como a llevarme el golpe y a entender que ya no estaba, que ya tenía que aceptar que no estaba (...)*” (comunicación personal, 27 de marzo de 2021).

Es importante reconocer que en el duelo de esta familia se presenta la negación por aceptar el tipo de fallecimiento de Morado, por lo que, prefieren asociarla con otro tipo de muerte y evitan hablar con personas fuera del núcleo familiar sobre el suicidio de su padre, aunque, esto se da con mayor presencia en una de las integrantes, de forma que, se hipotetiza que puede ser a raíz de la etapa del desarrollo en la que se encuentra (adolescencia), la cual, se ve permeada constantemente por inseguridades a nivel personal y social como se demostró en el siguiente diálogo:

Pizza: “*O sea de la muerte sí, pero del suicidio así del tema que se suicidó solo lo he hablado fuera de la familia con una persona y no me gusta hablarlo con nadie más jamás*”

Corazón: “*O sea como decir lo que pasó...*”

Pizza: “*O sea el hecho de que no esté y que se haya muerto, puedo hacerlo con tranquilidad, pero el del suicidio no...*” (comunicación personal, 4 de marzo de 2021).

Así pues, se cree que esta negación les ha permitido evadir las complejidades que normalmente afligen a las familias que atraviesan un duelo por suicidio, situación que podría

generar un impacto y una afectación a largo plazo, a lo que Pérez (1999) considera que por esta negación el duelo se puede revivir transgeneracionalmente, ya que esta familia podría estar ante la presencia de un duelo incompleto que ha sido encubierto como un duelo funcional al pensar que aceptaron la nueva realidad.

En esta familia, a diferencia de las demás, se da la particularidad de que Morado quien pertenecía al subsistema parental en su rol de padre, no vivía en la misma casa que sus hijas al momento de su muerte, por tal motivo, el impacto no se dio de manera directa en la reorganización familiar, siendo de menor grado el cambio de reglas y gasto de energía que se dio en el sistema, por lo que, las consecuencias fueron dirigidas mayoritariamente hacia los vínculos.

4.2.3. Creencias sociales de los padres

En las familias participantes se denotó la existencia de un criterio construido a nivel social sobre la percepción cultural de la muerte en una familia, la cual desde American Society of Clinical Oncology (ASCO, 2018) aclara que se ha creado un pensamiento que los padres no deben vivir más que sus hijos(as) y, por ende, no los deberían enterrar. A dicho aspecto se le agrega que en las familias participantes los(as) fallecidos(as) eran personas adultas, a lo que, ASCO (2018) indica que cuando los padres sufren una muerte de un hijo(a) adulto(a) desaparece una fuente de contención emocional y de apoyo, además que no solamente le pierden a él o a ella, sino que igualmente se desvanecen las esperanzas construidas por demandas sociales como el tener nietos(as). Asimismo, ASCO (2018) señala que, junto al fallecimiento del hijo(a), los padres en su duelo también sufren el despojo de la ilusión de los sueños que esperaban cumplir con ese ser amado, las experiencias que no volverán a compartir y los logros que no los verán concluir.

Todos estos son elementos presentes en los padres de los fallecidos(as) de las familias participantes, debido a que, alrededor de sus hijos(as) existían distintas metas, ilusiones y expectativas que se destrozaron a partir de la pérdida, provocando en los padres la sensación de que una parte de sus vidas fue arruinada, como fue expuesto por Tato (madre de la familia 1): *“Primero, uno, se supone que estamos para que los hijos se mueran después que nosotros, no los hijos primero que uno (...) Un día de estos yo le decía a Vanessa ¿Estaría casado? ¿Tuviera hijos? (comunicaciones personales, 1 de marzo de 2021), agregando que: “Es un dolor que no se puede explicar que siente uno como madre, que me arrancaron un pedazo de mi corazón. Perder a un hijo es la muerte más triste y la más dura para un ser humano.*

Tenemos que aprender a vivir con ese dolor para toda la vida” (Comunicación personal, 8 de marzo de 2021), asimismo indicó: “(...) *bueno yo con la señora que está ahí -Mari (madre de la familia 3)-, ella sabe lo que yo siento y yo se lo que ella siente. Yo siempre he dicho que yo tengo cinco hijos, pero en mi corazón quedó un hueco ahí, están los cuatro pero ahí quedó un hueco porque ese vacío no lo va a llenar nadie, nadie, nadie...*” (comunicación personal, 27 de marzo de 2021).

Por su parte, Mauricio (padre de la familia 2) afirmó que: “(...) *Te haces ilusiones de tus hijos verdad, verlos crecer, verlos estudiar, verlos graduándose(...)*” (comunicación personal, 2 de marzo de 2021) y agregó: “*Es que la muerte de un hijo es súper doloroso, ahora que yo lo llevo a cuestras es... porque uno lucha porque ellos crezcan, tratar de que sean buenos hijos, seguir adelante... yo creo que con los hijos uno se hace metas, uno quiere verlos surgir, quiere verlos diferente*” (comunicación personal, 19 de abril de 2021), a lo que finalmente añadió: “(...) *usted no espera la muerte de un hijo nunca y mucho menos de la razón de como lo hizo*” (comunicación personal, 4 de mayo de 2021).

Finalmente, Tuto (padre de la familia 3) expresó: “*Yo fui el primero en llegar donde estaba el cuerpo(...)* Fue muy duro (...) *Y simplemente le dije “Señor ayúdame a llevar esta cruz que me estás dando porque sabes que la voy a llevar, aunque sea a rastras, pero la llevaré”* (comunicación personal, 27 de marzo de 2021).

Ahora bien, se considera que debido a este dolor por el que atravesaron los padres de estas tres familias participantes es que algunos se centraron en pensamientos absolutistas y trágicos, al tener una percepción de que “toda la familia murió con el(la) fallecido(a)” llevándolos a omitir de cierta forma la existencia de los otros hijos(as) que tienen vivos y experimentando deseos propios de morir, probablemente esto se dio por la gravedad y trauma que les generó el tipo de muerte. Por lo que, en dos de estas familias los hijos reclamaron su posición dentro de la estructura de la cual estaban siendo anulados, así como Tato de la familia 1 lo mencionó: “*Porque yo tuve momentos en que yo también me quería morir. Yo no quería seguir y me acuerdo que una vez Alexander me dijo una vez mami perdimos a un hermano, pero ahora la estamos perdiendo a usted*” (comunicación personal, 1 de marzo de 2021), a lo que desde su rol de hija Plimplim de la familia 3 expresó: “*Yo creo que es algo que nosotros sí les hemos dicho a ellos siempre, o sea al fin y al cabo habemos 3 más, o sea no es Chelito porque no va a haber nada ni nadie que lo devuelva pero habemos otras 3 hijas que pues también los necesitamos de pronto verdad, que a veces hasta me puse a pensar en el muchacho -MQ de la familia 2- (...) si tendrá la resiliencia de decirle a su papá de también estoy yo*

verdad porque es un proceso que también se enfrenta, porque yo creo que con mami lo enfrentamos en algún momento como decirle o sea mami aquí también estamos nosotras o sea está bien que ames a Chelito y todo pero también estamos nosotras que también te necesitamos” (comunicación personal, 19 de abril de 2021).

Se cree que esto sucedió en estas dos familias con mayor facilidad, dado que, existen más integrantes en el subsistema fraternal, produciendo un apoyo entre sí mismos para hacer explícita la queja sobre el abandono del rol parental que estaban enfrentando en el sistema. Mientras que en la familia 2 este reclamo no se ha dado porque el hijo no ha tenido ningún respaldo por ser el único que vive con su padre y la nueva pauta comunicacional desarrollada a partir del duelo, no permite el intercambio claro de mensajes entre ellos, conllevando a una constante desconfirmación de Mauricio hacia MQ desde que murió su hermana, como si su hijo hubiese muerto con Tif. Por último, dicha dinámica no se ve presente en la cuarta familia porque la muerte fue del padre de las participantes y este constituía un rol distinto a los demás fallecidos, en especial por la naturalidad con la que se percibe la muerte de un papá por la concepción social de que la pérdida de los padres y personas mayores deben darse primero.

4.2.4. Responsabilización a terceros del acto

Por otro lado, un dato interesante que se encontró en la información recolectada del proceso de duelo es que las familias participantes plantean de forma explícita entender que no hay responsables ni culpables sobre la decisión que tomó su familiar de quitarse la vida. Sin embargo, dentro del discurso de manera inconsciente tienen una tendencia a responsabilizar a otras personas fuera del sistema o a ciertas circunstancias como uno de los motivos para tomar la decisión, al punto que en algunas familias nunca se responsabiliza al fallecido(a), mientras que, en otras se le otorga solo una parte de la responsabilidad.

Por ello, las familias participantes consideran que parte de los causantes del suicidio van desde violencia intrafamiliar, problemas en la relación de pareja, incumplimiento de las expectativas de los padres, continuos episodios de tristeza profunda, el destino o incluso que estaba en los planes de Dios. Cabe rescatar que, en tres de las familias, la persona que creen responsable de la muerte son las parejas de los fallecidos(a), percibiéndolas como enemigas, por ese motivo, en el reacomodo familiar causado por el evento, esta persona fue expulsada del sistema, rompiendo todo tipo de relación con la misma, puesto que, en situaciones complejas como esta se facilita colocar el dolor, la ira y culpa hacia el exterior en lugar de dejarlos dentro del sistema.

En la familia 1, se le atribuye la responsabilidad al padre, en donde él no forma parte del sistema hace muchos años, pues, no toleraron las conductas y dinámicas hostiles que generaba a nivel familiar; puesto que, se habla sobre la violencia intrafamiliar que vivió este sistema por parte de Moisés (el padre), pero que Francisco al ser el hijo mayor fue el que se vio principalmente afectado, situación que vivió desde su infancia, como se mostró en el siguiente diálogo:

Vanessa: *“(...) venimos de una familia alcohólica. Esa lucha constante para mejorar poco a poco, luchar con todo eso para no ser consumidos con todo eso, como le pasó a mi hermano que fue consumido en todo eso”*

Tato: *“Hay otro detonante de que mi hijo cometiera lo que hizo, yo fui una mujer agredida muchos años y él también, entonces eso lo marcó mucho que no quiso buscar ayuda y tomó la decisión, el maltrato físico, mental, psicológico, nos afectó. (...) Todo eso han sido cosas que hemos tenido que llevar y todo eso provocó que Francisco tomara esa decisión”*

Tato: *“(...) él papá lo maltrató mucho, bueno a mí y a él. Yo le tenía horror, pavor a él y es un círculo vicioso, enfermizo. Si era el más maltratado, aparte que su papá quería que fuera músico, que tocara el violín, desde los 4 añitos él iba a la sinfónica, el papá lo agarraba para darle clases y le pegaba con la batuta y yo le decía que me abriera la puerta y él no me abría. Entonces él sufrió mucho desde pequeñito”* (comunicación personal, 1 de marzo de 2021).

La familia 2 a quién hace alusión como responsable es a Innombrable, el novio de Tif, puesto, que lo presentan como una persona violenta y machista, situación que se evidenció en lo relatado por Mauricio: *“(...) a mí no me hacía gracia que anduviera con él (...)Ella me decía “papi salí con un amigo que me llegó a recoger en moto” y yo qué raro ella no tiene así... no es tan simpática, no tenía tantos amigos. Al mes me llega con ese amigo en moto y dije ese es Innombrable el muchacho que a nosotros no nos hacía gracia. ¿Por qué no nos hacía gracia? Cinco años atrás ellos fueron novios, como al año él la terminó, MQ estaba al frente en el cuarto, él la vio desvanecerse, se golpeó en la cama su rostro, su pómulo y ella perdió la consciencia. Me llamaron a mí, yo la vi, le veía como si hubiera tomado pastillas, como si estuviera drogada y lógicamente la llevamos donde el médico. Justamente terminando con este muchacho que vuelve a aparecer en la vida de ella y vuelve a andar con ella. La inducía a hacer cosas que tal vez no eran permitidas por su edad porque era más joven, no es que no las pudiera hacer, tal vez por ser más joven entonces ya habían cosas que yo le ponía más límites*

(...) mi hermano estaba con mucha cólera con él porque nos damos cuenta a través de mensajes y todo que él me la maltrató durante quince días, fueron los últimos días de vida de ella. Se la lleva a vivir y simplemente le dice “ya no quiero nada más con usted (...)” (comunicación personal, 9 de marzo de 2021).

En el caso de la familia 3, aunque se intenta responsabilizar a Chelito de su propia muerte, de quién se habla implícitamente como responsable es de Mimi la esposa de Chelito con quien aseguran que tuvo problemas en la relación, como lo planteó Plimplim: *“(...) en realidad era como que había surgido ahí como que una infidelidad de ella (...) Yo siempre dije que si ella tenía o no la culpa pues ella es la que tendrá que vivir, porque en realidad nadie aquí tiene la culpa, o sea, fue una decisión de él propiamente. Y la culpa es un sentimiento para mí demasiado feo como para andarlo cargando ahí siempre (...) o sea yo creo que en realidad aquí nadie sabe cómo sucedió (...)” (comunicación personal, 3 de marzo de 2021).* Asimismo, esta familia, de forma incongruente llega a responsabilizar al destino como el responsable de la muerte de Chelito, como Gemelos lo declaró: *“(...)hay muchos sentimientos a pesar de tantos años y todo, pero diay ya estaba escrito así en el libro de la vida de todos verdad, y hasta en la de él (...)” (comunicación personal 3 de marzo de 2021).*

En la familia 4 de quién se habla es de Negro, la esposa de Morado, como Pizza mencionó: *“(...)toda la historia con mi papá es muy compleja, entonces uno se empezó a dar cuenta de muchas cosas, ella influyó en muchas cosas, o sea, tuvo un impacto muy negativo en ella -percepción de Pizza hacia Negro-, entonces hoy en día si deseamos no saber nada absolutamente de ella, pero cuando murió no fue como que murió y ya (...) fue ya después que sucedieron más cosas que nos empezamos a dar cuenta de más cosas” (comunicación personal, 4 de marzo de 2021) y a esto Corazón añadió:“(...) yo vivía la mitad de la semana aquí, la mitad de la semana con él y obviamente estoy más grande entonces tenía un panorama distinto. Entendía que habían muchas que no me calzaban, estaban sucediendo cosas muy raras -con Negro- que aunque nunca esperé que el suicidio fuera a aparecer, yo si sabía que habían cosas muy distintas (...)” (comunicación personal, 27 de 2021).*

4.2.5. Familias con un fantasma

Según Minuchin y Fishman (2004) “la familia que ha sufrido muerte o deserción puede tropezar con problemas para reasignar las tareas del miembro que falta” (p. 70). Es decir, no todos los sistemas logran modificar las funciones que la persona fallecida cumplía a nivel familiar, llamándolas así “familias con un fantasma”, aunque esto no significa que el ser

querido sea eliminado de la memoria o del sistema, puesto que, como Espinal, Gimeno y González (2006) plantean la pertenencia a una familia puede ser de forma real o simbólica casi para toda la vida, siendo esto un proceso normal cuando se vive una pérdida independientemente de la causa.

Sin embargo, las familias participantes se arraigan al evento como si este fuese una parte de ellos, de manera que, conceptualizan al suicidio como una huella familiar que los distingue de los demás sistemas que han vivido una muerte por otra causa, por haber tenido experiencias únicas relacionadas a este tipo de fallecimiento traumático y doloroso. Situación ejemplificada en el grupo de discusión en el cual se les brindó una serie de palabras sin relación al suicidio por sí mismas que las familias debían describir con lo primero que asociaran como agrupación, esto conllevó a que cada una de las definiciones tuviera una tendencia a girar en torno al evento, como se demuestra con las siguientes palabras: “felicidad” la familia 3 expresó: “*Sobrevivir*”. En la palabra “difícil” la familia 2 externó: “*La noticia del suicidio*”, la familia 3: “*La noticia del suicidio y el duelo*”, la familia 1: “*Momento de la noticia*” y por último la familia 4 dijo: “*La pérdida*”. Con la palabra “luz” la familia 2 manifestó: “*La paz que hemos encontrado a lo largo del camino*”, la familia 3: “*La resiliencia, la valentía, la esperanza que ahora hemos aprendido a vivir, esa sobrevivencia que encierra muchas cosas*”. En relación a la palabra “soñar” la familia 1 indicó: “*Volver a verlo, poder abrazarlo y poder darle un beso*”, la familia 2 mencionó: “*Volver a la vida*”, la familia 3 planteó: “*Soñar que eso no sucedió, pensar que eso no pasó*” y la familia 4 señaló: “*Motivación*”. En “esperanza” la familia 2 expresó: “*Volver a estar con ella*”, la familia 3: “*Esperanza de volverlo a ver*” y la familia 4: “*Volverlo a ver feliz*” (comunicación personal, 27 de marzo de 2021).

Asimismo, las familias expresan que no existe una palabra para definir el evento convirtiéndose en un aspecto personal e identitario, como fue demostrado en el siguiente diálogo:

Corazón (familia 4): “*Yo quiero decir que a pesar de que todos dijimos palabras muy diferentes, creo que el sentimiento es el mismo, al final como que todos nos entendíamos, se repetían mucho las palabras porque todos nos entendemos, a pesar de que utilizamos palabras distintas en muchos casos, siento que más bien como compañía de que hay personas que sienten lo mismo*”

Tato (familia 1): “*Si vieras que yo estoy de acuerdo con ella también, eh como que tal vez las respuestas son con palabras diferentes, pero quieren decir lo mismo, tenemos el mismo dolor, la misma tristeza, eh, no nos hubiéramos querido que nos pase esto,*

entonces tenemos algo en común todos ¿Verdad? Eso fue lo que yo sentí con esas palabras que casi todos pensamos muy parecido, tenemos el mismo dolor y el mismo sufrimiento”

Plimplim (familia 3): *“Yo creo que fue como muy bonito que cuando dijeron suicidio, todos coincidíamos en que era algo inexplicable digamos, todos fue como me imagino... y yo me vuelvo atrás en ese momento como que se te pausa la vida, te pasan un montón de cosas por encima, cuando yo explicaba eso las caritas de todos era como eso, es algo que yo creo que ni siquiera se tiene una palabra para poder encerrar y utilizamos algo como para poder contestarlo, ¿Verdad? pero creo que es como ese sentimiento, que todos al final y al cabo fue algo que definitivamente nos hizo un antes y un después y al final y al cabo pues aquí estamos, con la valiente tarea de sobrevivir”* (comunicación personal, 27 de marzo de 2021).

Por todo esto se considera que, las familias han convertido al evento como una pieza significativa del sistema, como si este fuese un fantasma con el cual se mantiene un arraigo en su diario vivir que dejaría un vacío si no existiera, así que se considera que las familias participantes prefieren que sea ocupado por esta situación pese a que es algo que los atormenta.

Cabe señalar que otro aspecto encontrado es que al existir cierto arraigo a esta situación trágica y pese a que ha transcurrido tiempo desde la pérdida, este evento sigue siendo un hecho desgarrador, tal que algunos miembros de las familias participantes compartieron la sensación de desagrado que algunas veces les provoca el escuchar la palabra “suicidio”, como fue planteado por Plimplim (familia 3): *“Nos costó mucho definirlo porque para ellas es un golpe demasiado fuerte, para mí es pausar todo, que esto no está pasando, no hay una palabra, es algo tan doloroso aún, a pesar de que ya pasó es algo como desgarrador, como cuando uno escucha como que ganas de vomitar digamos, pienso que es algo desgarrador”* y Manuel (familia 1) agregó: *“Muere una parte de uno, como que no vuelve a activar ese mismo sentimiento de felicidad”* (comunicaciones personales, 27 de marzo de 2021).

4.2.6. Elementos de transformación en las familias a partir de la pérdida

Los distintos elementos de transformación que se dieron en el proceso de duelo de cada familia dependen de sus estructuras, Pereira y Vanotti (2011) plantean que las modificaciones psicosociales pueden ser persistentes en sus efectos, llevando al sistema a una necesidad de variaciones rápidas y duraderas de una cantidad numerosa de rituales, hábitos, reglas y nuevas realidades. Dicho de este modo, se encontraron distintos cambios significativos en las

estructuras de las familias participantes a raíz de la pérdida, como: interrupción de las interacciones violentas que movilizaron el apoyo mutuo entre sus integrantes y esto trajo vínculos armoniosos y mejoras en la comunicación, además de dificultad para dejar atrás la estructura antigua provocando una complicación de aceptación a la nueva realidad y modificación de las reglas familiares, asimismo, flexibilidad en los cambios organizacionales y vínculos de unión no solo en lo interno de la familia sino que también en la familia externa.

En la familia 1 el suicidio llegó a presentar un alto nivel de estrés que generó un reagrupamiento en la misma y una tregua en los conflictos, en vista de que, sus interacciones individualistas fueron desplazadas para afrontar dicha circunstancia. En cuanto a los conflictos familiares antiguos, Turmo (2018) señala que, cuando se presenta una situación con una angustia elevada, esta trae consigo un respaldo entre sus integrantes, de modo que, en el momento en que se encuentran amenazados por una situación se busca priorizar este apoyo, dejando de lado los conflictos para enfrentar la adversidad vivida; por tanto, esta fase puede traer como resultado una reconciliación o un mayor grado de soporte en el grupo familiar. Como se planteó anteriormente, esta familia posee pautas transaccionales de violencia, abuso de alcohol y poca comunicación, pero, en el proceso de duelo ha sido necesario para el sistema cesar dichas interacciones para afrontar la pérdida, como se demostró en el siguiente diálogo:

Manuel: *“(...) hace un tiempo para acá que Vanessa, Alexander y yo hemos querido dar ese cambio, entonces nos sentamos y hablamos lo que no nos gusta y vamos comprendiendo y tratamos de comunicarnos, pero aun así nos cuesta un montón (...) ese cambio viene hace como dos años y medio más o menos”*

Vanessa: *“desde que Alexander dejó de tomar más o menos”* (comunicación personal, 1 de marzo de 2021).

Esto ha traído nuevos vínculos armoniosos que se construyeron en el subsistema fraternal después de la muerte de Francisco, ya que, se han encontrado en mayor contacto, con menores niveles de agresividad que antes y han trabajado en mejorar la comunicación entre los miembros. No obstante, con Susana, quién también pertenece a este subsistema, las interacciones de rivalidad han cesado porque algunos de los integrantes han decidido ajustarse a la dinámica que ella ha impuesto, como lo ejemplificó Vanessa, quién también pertenece a este subsistema: *“(...) ya íbamos como llevándonos muy bien, sí es un poco complicado hablar con ella, es un poco complicado, no es como que se abre mucho o está como ahí pero sí ha mejorado mucho la relación con ella, comparto más con ella, trato de... di como lo que ella es dejarlo ahí, no tomarlo personal, entonces eso ha ayudado mucho a que compartamos más,*

vamos hacemos ejercicios juntas, (...) no sé cómo decirlo, es como raro porque nos llevábamos bien pero bien en el sentido que tiene uno que amoldarse como a ella para que las cosas salgan bien, porque si uno le lleva mucho la contraria es como mucho pleito, es como saber manejar la situación, es rarísimo no sé cómo explicarlo” (comunicación personal, 19 de abril de 2021).

Todas estas nuevas pautas transaccionales son interpretadas como una mayor unión del subsistema fraternal, de esa forma lo sugirió Vanessa: *“Cuando él fallece eso cambió mucho, en cierto punto hubo más unión de hermanos”* (comunicación personal, 1 de marzo de 2021). Es decir, se considera que estas pautas surgieron a causa del estrés vivido por el evento que impactó de manera contundente a la familia, que les movilizó a buscar formas de solucionar los problemas comunicacionales que han arrastrado durante toda su historia y que los desplazó a un entorno más favorable para el bienestar del sistema.

Además, esta familia menciona que una de las notables transformaciones familiares con mayor impacto fue la disminución del consumo de licor en los integrantes, así como Tato lo indicó: *“El mayor cambio desde que mi hijo muere es que no hay licor, mi hijo era muy fiestero entonces en esta casa siempre había gente y cuando yo me daba cuenta la casa estaba llena y licor(...)”* (comunicación personal, 1 de marzo de 2021) y Manuel añade: *“(...)llegó una noche que él -Alexander- pasó un poco mal y él dijo que lo iba a dejar y lo dejó, porque antes eran ellos dos -Francisco y Alexander- los que consumían alcohol, por lo tanto siento que cuando él -Francisco- falta se quita un poco, hasta que ya pasan como dos o tres años y mi hermano - Alexander- lo deja. Ya tenemos tres años de que no hay mucho alcohol en la casa”* (comunicación personal 8 de marzo de 2021), esto hace alusión al vínculo que tenían Alexander y Francisco con el licor y la manera en que su muerte rompió con el abuso de dicha sustancia que provocaba innumerables problemáticas en el sistema.

En la familia 2 se presenta lo que explica Aronson (1978) quien aclara que una onda de conmoción puede ser generada por la muerte de un ser querido, la cual vendrá seguida de reacciones duraderas de pena y lamentos. En dicha familia se da, porque Tif cumplía un papel y una función esencial en el equilibrio emocional de la agrupación, un componente más que ha contribuido a que se dificulte la falta de aceptación a la nueva realidad donde la fallecida está ausente, como Mauricio, el padre de esta familia, lo mencionó en diferentes relatos de las entrevistas: *“Yo siento que uno la alegría la pierde, la alegría normal de la vida que quiere seguir”, “(...) para mí fue muy difícil, realmente difícil porque yo creo que la lloraba todos los días e igualmente como ahorita la sigo llorando (...)”* (comunicaciones personales, 16 y 27 de marzo de 2021). Así, la muerte de Tif significó un impacto importante dentro de la familia,

especialmente por su función en el sistema y el vínculo que existía con ella junto a las numerosas reglas que han estado en alteración, así el proceso de duelo se ha mantenido de manera rígida y el equilibrio se ha complejizado, llevándolos a estar aún en crisis, a causa de que, como menciona Aronson (1978) “la muerte de un hijo importante puede sacudir el equilibrio familiar durante varios años” (p.59) afectando así la reorganización del grupo.

Esta familia no ha dejado atrás la estructura antigua, en razón de la inflexibilidad que han sostenido durante el proceso al querer preservar la estructura que existió cuando Tif pertenecía a ella, otorgándole ciertas funciones de ella a MQ como: estar siempre en contacto con su padre y expresar constantemente sus sentimientos, incitando a la creación de una relación fusionada como la que existía con Tif; no obstante, él no ha asumido dicho papel, trayendo como resultado tensiones y conflictos en la reorganización de los sistemas comunicacionales, las reglas de funcionamiento y la distribución de roles de la familia, situación que se puede ver reflejada en lo que Mauricio expresó: “(...)ella si era de levantarse todas las mañanas y llamarme por teléfono, MQ digamos no lo hace(...)” (comunicación personal, 4 de mayo de 2021), pero con respecto a MQ planteó: “(...) lo que pasa es que por lo general nunca escucho, tengo que estarle preguntando “¿Qué harías?” “¿Estás seguro?” estarle sacando información (...) y tratar de sacarle las palabras con cuchara” (comunicación personal, 9 de marzo de 2021).

Por su parte, la familia 3 mostró una flexibilidad que permitió una serie de cambios en su dinámica, organización y reglas, las cuales son naturales de un proceso de duelo, pues, como explican Morer, Alonso y Oblanco (2017) este evento implica una crisis que puede traer una transformación a un nuevo ciclo. Este escenario fue presentado en este sistema, a causa de que, la interacción ha fluido con más facilidad porque se ha permitido la expresión de molestias, preocupaciones, cuidados y consuelo entre sí, como lo mencionó Tuto: “(...) apoyándonos unos a los otros porque así es. Yo tengo que apoyarlas a ellas y ellas me apoyan a mí también. Entonces entre todos nos estamos dando ese apoyo que cada uno necesitamos” y Mari agregó: “(...) igual, diay, todos sí, unidos ahí. Ha sido como una terapia sí, para todos realmente, así de duro y todo, pero hemos aprendido a vivir” (comunicación personal, 3 de marzo de 2021).

Asimismo, su organización se mantiene en constante rotación, beneficiando el duelo en general que trajo consigo un menor conflicto a pesar de la complejidad de este tipo de muerte y el dolor que la familia sobrelleva, por lo que, no fue necesario un elevado reacomodo en las diferentes dimensiones del sistema, dando cabida a un duelo familiar adaptativo que de acuerdo con Pérez (1999) se da en la familias en las que se tolera la expresión de las emociones producto

de la pérdida, se comparte el malestar y la ayuda mutua. Los roles son flexibles y se ajustan a las necesidades y tiempos de cada uno de los miembros del grupo familiar.

En la familia 4, debido a la angustia por la pérdida del lazo de apego que Pizza tenía con Morado ocasionó que la relación con Roja se tornara más cercana, con lo que el fallecimiento trajo un espacio y una oportunidad para crear un vínculo distinto con su madre como Pizza lo explicó: *“Toda mi vida Corazón fue más cercana a mi mamá por mucho, yo me iba con mi papá, eran ellas dos por un lado y yo con mi papá por el otro y siento que cuando se murió mi papá ya mami y yo nos empezamos a llevar mejor, ahora yo siento que es muy cercana con ambas”* (comunicación personal, 4 de marzo de 2021).

Además, Corazón y Pizza comenzaron a construir vínculos más cercanos con la familia paterna al aumentar el contacto con sus abuelos, dado que, antes de la muerte de Morado ellas se habían ensimismado en mantener una interacción exclusivamente con la familia materna, mientras que en la actualidad han intentado quebrar esas barreras, especialmente por la concepción que tiene la familia paterna de que Pizza y Corazón son la única manera de “seguir en contacto” con el fallecido, así como lo manifestó Corazón: *“somos lo que queda de él en vida”* (comunicación personal, 10 de marzo de 2021).

4.2.7. Aprendizajes de las familias a raíz de la pérdida

A pesar de que, un duelo por suicidio es complejo, es pertinente destacar que las familias tuvieron ciertos aprendizajes producto del proceso de duelo vivido, que han influido tanto en el entorno intra como extrafamiliar. A causa de que, la sobrevivencia que llevan es complicada, dicha experiencia les ha otorgado diferentes estrategias para enfrentar otro tipo de muerte sin tener afectaciones tan graves como las que sufrieron; a causa de ello se dio una concientización del bienestar emocional, puesto que, se han posicionado desde otra perspectiva sobre los estigmas sociales con respecto a la salud mental y a partir de esto han comprendido las consecuencias que puede traer un malestar a nivel psicológico, valorando así el estado mental.

En cuanto a la familia 1, el aprendizaje no se relacionó con el exterior como otras de las familias participantes sino que fue en el interior del sistema, esto debido a las pautas transaccionales con las que han tenido que luchar constantemente, que ha conllevado que el sistema se centrara en resolver estas problemáticas, con lo cual han tenido un gasto de energía mayor que las otras familias, ya que, al considerar que una de las causas de que Francisco se suicidara fuese dichas pautas, se cree que han tratado de trabajar sobre ello para no sufrir otra pérdida de otro miembro. Este pensamiento de valorar a los integrantes de la familia, quedó

demostrado en lo que Vanessa recalcó: *“(…) como que nos cayó en cuenta que todos llegamos ahí sea por una decisión, entonces aprovechar lo que tenemos ahora, aprovechar estas vivencias y esta unión para, como el legítimo dicho “cuándo uno pierde algo se da cuenta de lo que tiene” entonces es perderlo a él decir no, tengo más hermanos, tengo a mis papás ¿Por qué no vivimos todo eso que ya no podemos vivir? Entonces como familia si nos unimos más, en eso sí yo puedo rescatar”* (comunicación personal, 27 de marzo).

En la familia 2 a lo largo de su proceso de duelo han demostrado tener un modelo familiar distorsionado, que de acuerdo con Pérez (1999); Pereira (2002); y García (2012) en el duelo familiar este modelo se presenta cuando se idealiza al fallecido y no se permiten sentimientos ambivalentes hacia él o ella, la culpa es la respuesta predominante de la familia, en este modelo se presenta la cronificación del duelo. Situación que se ha dado en esta familia porque existe una resistencia por aceptar la pérdida, y por ello a nivel intrafamiliar no se ha dado ningún aprendizaje o cambio a partir de la pérdida, pues, aún están tratando de aceptar y asimilar la nueva realidad.

En la familia 3 existía una estigmatización social en cuanto a la salud mental, donde se tenían pensamientos y acciones influidas por la desinformación en el tema del suicidio, ocasionando que se ignoraran las consecuencias de la afectación que el estado emocional podría traer en una persona, como lo ejemplificó Plimplim: *“(…) creo que a pesar de todo me hizo como más consciente ante un evento o las enfermedades mentales que tal vez digamos yo era una más del montón que una depresión no es nada, o sea vaya a terapia y ya, o cualquier otra enfermedad mental que uno la va dejando de lado, a pesar de ser profesional en salud pues era otra persona más que tenía un estigma”* (comunicación personal, 10 de marzo de 2021). Así, la muerte de Chelito, pese a la gravedad que implicó en sus vidas, propició un cambio en esta percepción, concientizando lo que implica el bienestar emocional y el impacto que pueden traer las problemáticas a nivel psicológico en las personas como también lo demostró Plimplim: *“(…) Y pues creo que hay como un antes y un después de eso, que, pues ahora estoy más relacionada con la salud mental, que definitivamente es un espacio que se tiene que abrir. Entonces pues al ser sobreviviente digamos, yo ya ahora hasta me molesta mucho como de que cuando una persona llega o uno escucha como muy “ay no es que era solo un intento de autoeliminación, es más, mejor le hubiéramos dicho como lo haga, más rápido”. Entonces hasta eso pues, un día de estos una compañera lo comentaba, otros se rieron y yo pues obviamente me di media vuelta y me fui y después como que le dije “deberías como pensar un poquito mejor esa situación porque nunca la has vivido, nada más te lo dejo de tarea. O sea,*

si fuera tu hijo, si fuera tu hermana, si fuera quien fuera yo creo que darías todo y más por ayudarla si llegara tomándose unas pastillas” (...) creo que es como esa responsabilidad mía, entonces definitivamente hay un antes y un después (...) Entonces esa parte, igual ahora una persona me dice tengo una depresión o tal, trato como de ser más empática porque cualquier cosa puede suceder. Entonces creo que al fin y al cabo es gratitud porque pues diay me abrió los ojos para no ser una parte más del montón y siempre tratar de dar ese granito de arena. Entonces pues a pesar de que fue demasiado doloroso pues fue guiando ese camino” (comunicación personal, 10 de marzo de 2021). A raíz de la pérdida, se quebrantó el juicio social que estaba instaurado en el sistema con respecto a la influencia de la salud mental en la vida de las personas.

De la misma forma, han tomado las herramientas obtenidas en su duelo para dar apoyo a otras familias que atraviesan el mismo proceso o sufren de algún padecimiento a nivel emocional, ya que, por su experiencia en la sobrevivencia aprovechan la confianza que le transmiten a las personas, denotando de forma positiva la transformación en las interacciones de la familia alrededor de situaciones con respecto a este tópico, manifestado por Mari: *“(...) hablamos de él y todo como fue, le contamos a la gente... incluso han venido muchas personas después de que pasó esto de que tal vez les ha ocurrido lo mismo y nosotros les hemos contado, diay, lo que nosotros... como nosotros vamos viviendo todos los días vea, les hemos ayudado también (...) más bien al contar eso y hablarlo con otra persona y saber que aquella persona está pasando esto, yo siento como el dolor pero me siento como aliviada de ver, de ayudarles a ellos, a las personas”* (comunicación personal, 3 de marzo de 2021).

En esta familia, al igual que la 1, el proceso de duelo les hizo valorar en mayor medida a sus seres queridos, como lo indicó Plimplim: *“(...)el sobrevivir también es bonito, también nos ayuda a valorar a los demás, a querer siempre tener esa ayuda, esa mano y querer abrazar con más fuerza porque es el abrazo el que nos hace sentirnos protegidos (...)”* (comunicación personal, 27 de marzo de 2021).

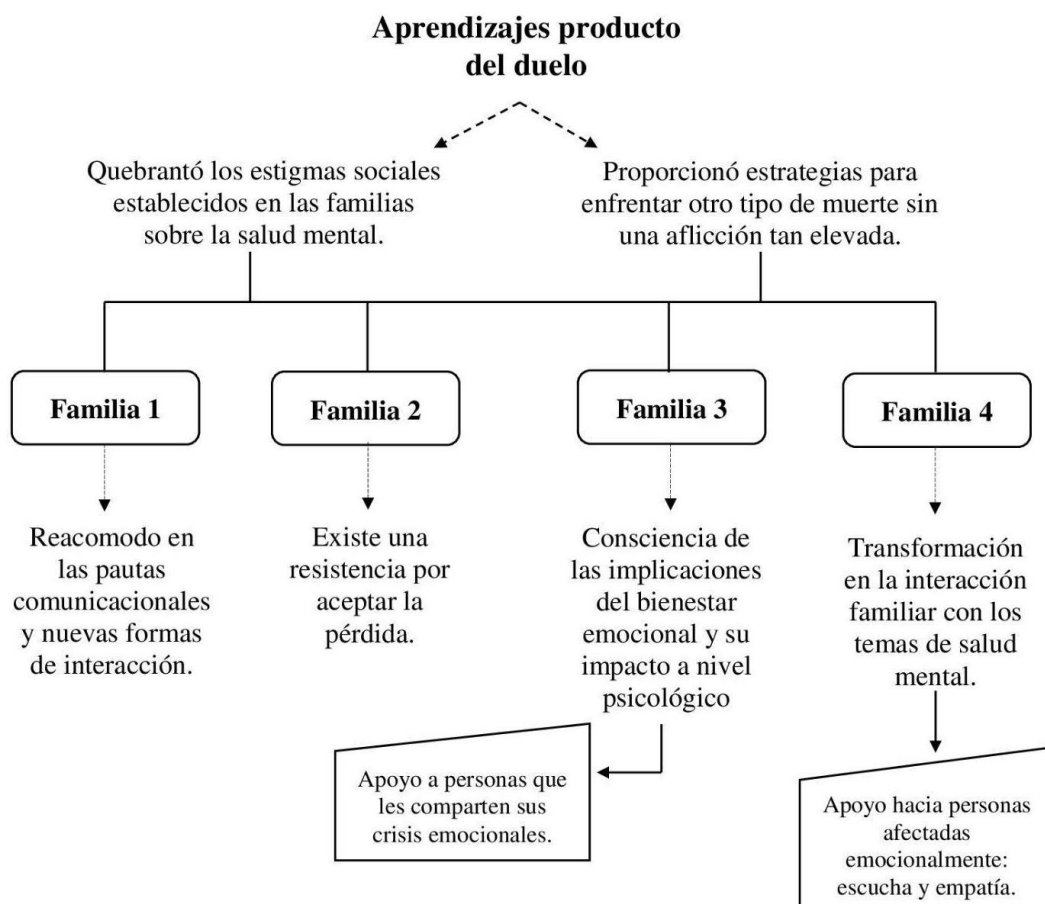
En la familia 4, sucedió algo similar que, en la familia anterior, puesto que, igualmente existía una invisibilización manifiesta de las afectaciones de la salud mental, dado que, ignoraban las señales que las personas afligidas emocionalmente externaban. Pero, la muerte de Morado vino a demostrarles el grado de conmoción que pueden ocasionar los problemas psicológicos, como consecuencia actualmente perciben las señales que brindan las personas afectadas e intentan ofrecer apoyo, como lo mencionó Corazón: *“Di fue una lección obviamente, primero aprendimos que cuando uno ve a alguien que está actuando extraño,*

diferente, a veces hay que hacer más y, además, bueno lo mismo que les decía de aprovechar cada minuto, aprovechar a cada persona. Expresar los sentimientos fue algo que aprendimos muchísimo, como a no guardarnos nada (...)” y Pizza añadió: “(...) obviamente cuando ya después de mucho tiempo el aprendizaje llegó digamos como a poner en práctica ese aprendizaje que nos enseñó lo que pasó” (comunicaciones personales, 27 de marzo de 2021). Todo esto ha traído una mayor claridad para notar afectaciones a nivel de salud mental, llevándolos a responder con escucha empática y de ayuda a estas personas para evitar otro final como el de su padre.

Los aprendizajes en cada una de las familias fueron representados en la figura 17:

Figura 17

Aprendizajes producto del proceso de duelo.



Fuente: Elaboración propia a partir del análisis de la información recolectada.

4.2.8. Implicaciones de la sobrevivencia de un suicidio

En este proceso complejo que las familias deben sobrevivir Cvinar, 2005 (citada en Brosnan, 2013) postula que el suicidio desde la Edad Media es percibido con un gran estigma

social, a pesar de que, desde el siglo XX se ha intentado cambiar dicha percepción, aún se encuentran presentes distintos juzgamientos sociales sobre este tipo de muerte. De modo que, en la sociedad se sigue manteniendo gran cantidad de prejuicios que, como se mencionó, han sido contruidos a lo largo de la historia. Esto provoca que al ser un suicidio influya en la manera de externalizar el sufrimiento del luto con los demás, puesto que, el valor de la persona y los rituales que esta merezca se devalúan si ha fallecido por suicidio u otros eventos desaprobados por la sociedad. Así, tales concepciones afectan el proceso de duelo tanto a nivel individual como familiar, situación experimentada por las familias participantes al recibir respuestas que ellos(as) consideran desagradables ante la exteriorización de las intensas emociones y situaciones que vivieron.

Ahora bien, existen muchos estigmas sociales alrededor del suicidio y en muchas ocasiones las personas que lo consuman se autolesionan, situación que puede ser impactante para las familias, no obstante, al igual que en otros tipos de muerte se necesita la materialidad del cuerpo para la resolución del duelo, ya que, esto les permite tener una aceptación de la pérdida. Tal situación es remarcada en una de las familias que se entrevistó, especialmente por la forma en que la persona decidió acabar con su vida, dado que, el fallecido solamente dejó cartas explicando la situación, pero, su familia no sabía dónde había realizado el acto, llevándolos a entrar en desesperación, así como Gemelos (familia 3) lo expuso: “(...) *desde el momento en que a mí me dieron la llamada yo siento que a mí Dios me iluminó al decirme que fue ahí, porque no escribió, o sea en las cartas nunca dice que es ahí. Pero yo dije fue ahí verdad y cuando ya a él lo encontraron yo le di gracias a Dios y a la Virgen porque ya le íbamos a dar su santa sepultura, como él se lo merecía. Entonces siempre le vivo agradecida a Dios por devolvérselo verdad*” (comunicación personal, 10 de marzo de 2021). Aunque el cuerpo de la persona fallecida brinda tranquilidad a los familiares, como fue planteado por Builes, et al. (2014) y Morer, Alonso y Oblanco (2017) los estigmas sociales complejizan el duelo por suicidio y en muchas ocasiones lo convierten en uno privado de derechos.

De la misma forma, Attig (2004) expone que este tipo de duelo puede inhibir la ayuda que se les debe brindar a los sobrevivientes; es decir, las redes de apoyo con las que pueden contar son reducidas, especialmente porque las instituciones de distintas índoles no han mostrado interés en el abordaje de esta difícil aflicción, como fue demostrado en el apartado de justificación donde se plantea que las campañas y proyectos de este país han sido dirigidos a la prevención y atención de conductas suicidas, a pesar de esto Tato (familia 1) planteó: “(...) y

yo digo que en este país no hay ayuda definitivamente para gente que tiene el instinto suicida, aquí no hay”(comunicación personal, 1 de marzo de 2021).

Igualmente, las familias participantes han experimentado la falta de apoyo a lo largo de su proceso como sobrevivientes, a lo cual Tato (familia 1) indicó que: *“(…) porque de verdad hace mucha falta información, sobre este tema no hay. Hay clínica para el dolor y clínica para esto, hay clínica para acá, hay clínica para allá, pero no hay clínica para esto.”* (comunicación personal, 1 de marzo de 2021) y agregó: *“Yo sé que para Vanessa y Manuel es muy difícil estar en este momento, yo los convencí que era para ayudar (…) yo sé que ahora no están bien, están mal, pero por lo menos sembramos una semillita. Ustedes tocaron un tema que de verdad nos deja a la familia a la deriva. No hay quien nos ayude, bueno solo Mi Nueva Aurora (…) Hay familias que tienen que curarse solas porque no saben. De suerte fue que una amiga mía me dijo “mi familia está en Mi Nueva Aurora” entonces yo asistí muchos años ahí, pero hay muchas familias que no saben y tienen que hacerlo solas”* (comunicación personal, 27 de marzo de 2021).

La familia 2 manifestó esta falta de apoyo en la siguiente conversación:

Investigadora: “¿No hay algo que le hubiera gustado que las personas le ofrecieran?”

MQ: “Díay tal vez, realmente apoyo, pero en realidad no, solamente apoyo, un poco más de apoyo y tal vez que lo escuchen a uno(…)” (comunicación personal, 4 de mayo de 2021).

A lo que, Mauricio expresó que: *“Y MQ el año pasado también me pidió que lo ayudara, le conseguí una psicóloga que me dijo J pero sinceramente era bastante cara y no tenía en ese momento para poder pagarlas”* (comunicación personal, 4 de mayo de 2021). Esto denota que en ocasiones las familias no poseen medios económicos para costear una terapia psicológica que les ayude en el proceso de sobrevivencia, así que al existir poco apoyo accesible para la población es una situación que en ocasiones los obliga a sobrellevar el duelo con las herramientas que posee cada persona y su familia.

Mientras que, Gemelos (familia 3) planteó: *“(…) siempre se habla de la persona que se quitó la vida y ya ahí queda y las familias quedamos en un barquito ahí a la deriva, o sea, somos como parte de la historia de todo verdad, pero nada más. Porque hay grupos de personas sobrevivientes a un cáncer, no sé, pero tal como este de sobrevivientes a un suicidio nadie nos toma en cuenta, pues no es cosa bonita que nos deberían tomar en cuenta pero si por lo menos una ayuda verdad, o sea un compartir verdad, darse cuenta que sí, solo nosotros (…)”* (comunicación personal, 19 de abril de 2021), su hermana Plimplim agregó: *“Yo quiero*

agradecerles a ustedes por tocar un tema tan olvidado por la sociedad, creo que es un tema que muy pocas personas o profesionales deciden tocar (...) Cada día, cada minuto, alguien toma la decisión de quitarse la vida, no somos los únicos pero no hay algún programa, no hay algo que vele por la salud mental(...)” (comunicación personal, 27 de marzo de 2021). A esto, Corazón (familia 4) añadió: *“Había mucha incertidumbre, no teníamos idea de nada y nadie nos podía guiar como con certeza de pasa esto, no pasa. Estábamos muy confundidas desde la parte legal, económica, sentimental, era como un revuelo de todo(...)*” (comunicación personal, 27 de marzo de 2021). A raíz de la notoria falta de apoyo, comprensión social, ayudas institucionales y profesionales hacia esta población, en las familias participantes se manifestaron pensamientos y estados emocionales que agudizaron la complejidad que ha conllevado este proceso y esto le ha sumado inconvenientes que en ocasiones no pueden resolver por sí mismos.

Por consiguiente, aparte de la carencia de ayuda por parte de las instituciones en el proceso de duelo se le añadió el abandono de los amigos(as) cercanos a las familias como como lo destacó Tato (familia 1): *“(...) los amigos se perdieron, todos los amigos de Francisco se perdieron, todas las amigas se perdieron, todo el mundo se perdió, entonces uno quedó solo (...)*” (comunicación personal, 19 de abril de 2021). Este alejamiento provocó en esta familia que en el proceso se sintieran solos, puesto que, las redes de apoyo con las que esperaban contar se apartaron y a nivel emocional no obtuvieron ninguno. Este elemento de redes de apoyo social es fundamental en los seres humanos para sobrellevar cualquier situación compleja de la cotidianidad, como lo sostiene por Aranda y Pando (2013) afirmando que, dichas redes de apoyo tienen un impacto que mitiga las consecuencias de situaciones con altos niveles de estrés, de modo que, al presentarse una falta de apoyo de dichas redes es probable que se afecte la salud del individuo y presente respuestas negativas en el ámbito familiar, social y laboral.

En la familia 1 se dio una particularidad, la cual es planteada por Pereira (2002) quien menciona que las familias que viven una pérdida son percibidas por la sociedad como “desvalidas”, por ende, no pueden ser molestadas y se puede crear con estas una deuda social, situación reflejada en lo que señaló Vanessa: *“(...) La gente empezó a ayudarnos a reconstruir la casa, cuando él fallece hicimos ventas, rifas y la gente nos apoyó mucho por lo que estábamos pasando y por esto pudimos construir una casa nueva. Esto fue lo más marcado que pasó después del fallecimiento. La gente nos veía con todo el dolor y el sufrimiento que estábamos pasando, entonces decían que por qué estábamos en esta casa, nos daban el pésame, que por qué estábamos así, entonces empezaron a hablar con mami que hiciera algo, le*

ayudaron, la aconsejaron (...) entonces empezamos a construir la casa y dejamos de tener la casa de madera” (comunicación personal, 1 de marzo de 2021). Siendo así, esta familia experimentó dicha situación en su comunidad al haber tenido este sostén emocional en los días posteriores al fallecimiento por parte de los vecinos. Sin embargo, hipotetizan que esta acción fue realizada especialmente por el tipo de muerte vivida, ya que, que se les pudo mirar con “lástima” por la forma en que Francisco falleció, trayendo sentimientos de compasión y ayuda en la comunidad.

A su vez Manuel agregó que: *“El motivo por el que se cambió la casa fue por los demás, que ¿Cómo hacíamos con eso de estar entrando?, él lo hizo en la cocina de la casa de antes, mi mamá fue la primera que lo encontró, ella fue la que tuvo el impacto, entonces por ese motivo se tomó la decisión de reconstruir la casa, para cambiar un poco el ambiente de cada vez entrar y tener esa imaginación de que él estaba ahí. Más que todo para mermar un poco el dolor, no como para eliminarlo, sino para sobrellevarlo día a día”* (comunicación personal, 1 de marzo de 2021). Aspecto significativo en el sistema porque el acto fue realizado en dicha vivienda la cual debería brindar seguridad y confianza, pero, el significado que esta tenía pudo ocasionar efectos graves a nivel emocional en el proceso de duelo, por ser un lugar que revivía las emociones y la escena del suicidio, volviéndose un espacio con angustiosos recuerdos que los lastimaban y de los que no podían liberarse.

En el caso de la familia 2, han vivido situaciones incómodas y desagradables con respecto a los prejuicios sociales, como fue mencionado por MQ: *“A que, si haya gente, que realmente un poco, con respeto, tonta, que tal vez no ha pasado esto y tiene comentarios realmente un poco pasados de tono (...)”* (comunicación personal, 2 de marzo de 2021).

Además, de los estigmas sociales que han atravesado por la pérdida, esta familia ha sentido que debe enfrentar la pérdida como si esta hubiese sido por un tipo de muerte menos impactante, presionándolos a que la resolución del duelo sea en un lapso corto y que olviden por completo el evento, lo cual ha provocado una presión social de cómo y cuánto tiempo deben demorar en vivir el duelo, como Mauricio expuso: *“Un evento como estos le afecta a uno pero la gente alrededor se ve dolida en el momento pero ya después pasa. Entonces yo siento que la gente vive su vida normal, digo, lo ven a uno normal (...) La gente alrededor no se imagina, lo tratan a uno igual. O sea, ellos dicen, ya pasó, entonces siento que en el transcurso de estos dos años me ha pasado eso. A pesar de que estoy compartiendo muchas actividades, la gente pierde de vista que uno perdió a una hija. Entonces lo tratan a uno normal”* (comunicación personal, 16 de marzo de 2021). Estas exigencias por parte de la sociedad se han convertido en

personales dentro del proceso, intensificando los estados de ansiedad y angustia al pensar que su aflicción es desproporcionada por ser comparada a la que se atraviesa en otros duelos, como fue ejemplificado por Mauricio: “(...)pero todo el mundo dice que uno lleva un duelo por dos años y ya después empieza a salir adelante. Entonces la verdad es que me he estado mentalizando en que ya pasaron dos años, (...) que es hora de ir saliendo un poquito de eso (...) pero sí trato de decir bueno ya son dos años, tengo que seguir adelante (...)” (comunicación personal, 2 de marzo de 2021).

En la familia 3 a partir de la pérdida por suicidio los límites con el exterior se rigidizaron, situación que los contuvo a expresarse sobre el evento con aquellos que no formaran parte del sistema, con respecto a esto Astudillo, et al. (2007) plantean que en muchas ocasiones se les obliga a las familias a encerrarse en su mundo interior, impidiéndoles hablar sobre el tema con las personas externas al núcleo familiar. Esta circunstancia se dio por los comentarios que recibieron, basados en la carencia de información y de empatía, los cuales sobrecargaron el proceso con estados emocionales que complicaron su avance, como Gemelos enfatizó: “(...) yo llegué a necesitar ayuda porque yo no sé ni lo que yo pensaba, yo tenía tantas dudas, yo tenía tantas cosas verdad. Y la gente señala muy feo verdad, antes era demasiado cruel, demasiado cruel (...)” (comunicación personal, 3 de marzo de 2021), a lo que agregó: “(...) en ese momento uno se encuentra en ese ojo del huracán que tal vez uno se acuerda de algunos comentarios, pero también, a mí también me hicieron un comentario feo (...)” (comunicación personal, 10 de marzo de 2021).

En este sistema familiar los aspectos religiosos son de suma importancia, de manera que, Mari relató una experiencia que la afectó: “(...) no faltaron gente que llegó y me dijo cosas feas y eso fue una ira que yo llevaré porque fue una señora que llegó y me dijo unas cosas que todavía hasta el día de hoy no me gusta recordarlas y por eso sentí ira. Y yo veo a esa señora y yo quito la cara y le pido a Dios que esas palabras que ella me dijo que yo las vaya olvidando, pero no, me cuesta mucho y siempre la veo entrando de misa, saliendo y yo digo señor ayúdeme porque no es fácil, no es fácil que le digan a uno y menos en ese momento porque nadie sabe el dolor que uno lleva y es un dolor tan grande que no sé cómo lo pasa uno” (comunicación personal, 10 de marzo de 2021), por lo tanto, haber recibido comentarios influidos por prejuicios sociales de practicantes de la religión católica es un aspecto complejo de sobrellevar y asimilar puesto que estas personas no fueron un apoyo sino por el contrario representan una carga emocional hasta la actualidad. A causa de estos señalamientos planteados por Gemelos y Mari, la familia decidió reservar sus pensamientos y emociones sobrellevando el duelo de

forma silenciosa pese a sentirse desorientados con respecto a lo que estaban atravesando en este proceso.

Un aspecto que se encontró en la historia familiar compartida es que en muchas ocasiones las personas alrededor de este sistema emitieron comentarios sin pensar la realidad que estaban sobrellevando, realizados desde una posición poco empática y de desinformación sobre el tema del suicidio, situación que planteó Plimlim: *“(...) a veces también la gente con el son de consolar hace hasta malos comentarios o sea que a veces uno se queda como “¿En serio me está diciendo todo esto?” pero la persona tal vez no lo está haciendo con mala intención porque a mí también me han hecho comentarios personas que sé que no lo están haciendo con mala intención y luego como que se retractan y dicen como “ay no, esta no era la idea”, pero se nota que no es su intención. Como cuando alguien también le viene a decir así con todo el puñal hacia adentro”* y Tuto añadió: *“(...) me duele cuando escucho comentarios, aunque no hacia nosotros, sino cuando alguna otra persona ha tomado esa decisión y hacen comentarios... yo diría que absurdos, porque muchas veces no conectamos la lengua con el cerebro y decimos cosas sin importar, máxime cuando no se han vivido entonces dejan ir cosas que duelen. Le duelen a uno que más que nada ha vivido eso, pero el dolor sería el que me callo para no entrar en controversias ni nada, pero si me duele oír comentarios desagradables”* (comunicaciones personales, 10 de marzo de 2021).

Del mismo modo, a partir de la carencia de información que existe en la sociedad sobre el suicidio, la familia menciona que ha percibido frases que se han instaurado a nivel social como “dichos populares” que son reproducidos constantemente por las personas sin analizar su trasfondo o el significado que estos conllevan realmente, sobre ello Gemelos expuso: *“(...)Y en el caso de mi hermano que, bueno él se tiró de aquí en el “Salto de la novia”, aquí en Paraíso hay un dicho muy popular que tal vez uno dice “ay no a mí me pasa eso y me tiro del Salto”. Yo me pongo de primera, yo antes decía eso “no ¿Sabe qué? Yo me tiro del Salto”, cuando pasa esto de mi hermano una vez lo iba a expresar y me acordé verdad, y obvio me quedé callada(...)”* (comunicación personal, 3 de marzo de 2021) y Plimlim agregó: *“(...) a veces uno dice “ay es que se pega un balazo” no sé, es como una muletilla de la gente “ay yo me lanzo de tal lado” verdad, y esas cosas ya van resonando, es así como “uy yo me muero” “yo me mato”, esa sensibilidad, esa empatía”* (comunicación personal, 27 de marzo de 2021).

El duelo de la familia 4, fue el que mayormente se encontró permeado por señalamientos sociales, puesto que, primeramente, la madre no supo cómo abordar la causa de muerte de Morado con sus hijas, como Corazón lo indicó: *“(...) nosotras lo primero que nos dijeron fue*

que había tenido un accidente, mi mamá obviamente no sabía cómo manejar el tema, como decirnos” y Pizza amplía: “mi mamá prohibió, o sea mi mamá cuando le llegaron a decir que se había suicidado, lo que dijo fue “o sea lo único que importaba era que Pizza y Corazón nunca iban a saberlo”, o sea ella dijo que nosotras siempre íbamos a creer que había sido un accidente y ella le prohibió a todo el mundo decirnos” (comunicación personal, 4 de marzo de 2021). Por lo que, se denota que en el momento en que la madre conoció la causa de muerte intentó instaurar un secreto familiar ocultando la realidad a sus hijas debido a los diferentes aspectos que implica el proceso de duelo por suicidio y esperaba protegerlas del dolor, juicio social y las críticas que las personas suelen emitir con carencia de empatía como lo denotó Corazón: “o sea ella -Roja- se dio cuenta, o sea, en la misma desesperación en ese momento de llegar a la escena y demás, obviamente ella no se lo esperaba, la solución de ella fue con el fin de protegernos que nadie nunca nos dijera que eso había pasado” (comunicación personal, 4 de marzo de 2021). Dicha situación trajo una tensión en la dinámica familiar puesto que como lo planteó Pizza: “(...) nos dieron tres versiones diferentes de cómo se había muerto... entonces yo creo que en ese momento yo creía que era que lo habían matado... no, creo que era un accidente de tránsito, no me acuerdo que creía en ese momento” (comunicación personal, 4 de marzo de 2021). Pero mientras esto sucedía en el sistema hubo una intromisión por parte de los medios de comunicación, quienes tuvieron un mal manejo de la información con respecto a la forma en que ocurrió el suicidio, como lo describió Corazón: “Siento que mucho de lo que nos dimos cuenta tan rápido fue porque La Extra publicó la noticia, sin que nosotras supiéramos lo que había pasado” (comunicación personal, 4 de marzo de 2021), puesto que, simplemente se interesaron en divulgar la forma en que murió Morado por el morbo y estigma que esto produce en la sociedad, circunstancia manifestada con completa carencia de empatía y respeto hacia la familia. Este tipo de noticias al abordar un tema tabú lo convierte en un dato que le interesa a la población, por una tendencia de señalar lo prohibido y desconocido, alimentando los mitos sociales por la manera en que fue abordada la temática. Así pues, dichos medios invadieron la privacidad de la familia, interpretada como una desestructuración de los límites y una invasión del mundo externo en el proceso de duelo familiar, exponiendo datos erróneos con la mera intención de generar morbo y polémica, trayendo un doble juzgamiento social por el manejo amarillista que se le dio a la noticia y la divulgación masiva de un hecho personal de la familia, como fue mostrado en el siguiente diálogo:

Corazón: “Lo de La Extra fue fuerte, porque subió imágenes de él en el momento, en el

suelo, toda la información de nosotras, las edades, donde vivíamos”

Pizza: “Incluso había información errónea, con las edades (...) más que la información errónea, era la forma en que estaba redacta la noticia, decía como que él se detuvo en su balcón y se quedó analizando y se tiró lentamente por su ventana, algo así todo específico, cuando ni siquiera fue así, la noticia fue sacada súper de la nada”

Corazón: “Bueno, usaron temas... mi papá no tenía pensión y en las noticias pusieron que mi mamá lo tenía presionado por pensión porque debía no sé cuánto de pensión y nosotras ni siquiera teníamos pensión (...) hubo una señora que hizo un video dedicado a mi mamá diciéndole de todo... y hablando en general de las mujeres que tratan mal a los hombres por la pensión y demás... nadie sabe quién es esa señora”

Pizza: “Si esta señora hizo ese video diciendo que por culpa de ella este muchacho se había suicidado y nadie sabe quién es, ni mi papá la conocía, ella simplemente vio la noticia y decidió hacer un video en general a las mujeres y usó de ejemplo que este muchacho que se suicidó, por esa vieja que ella no debió presionarlo” (comunicación personal, 4 de marzo de 2021).

Asimismo, a todo el entramado complejo por la manera en que se informó la causa de muerte de Morado se le añadió que algunos familiares cercanos continuaron fortaleciendo la ilusión de que no era posible que había sido por suicidio, así como Pizza lo señaló: *“(...)en mi mente y nuestra relación eso no podía ser posible, yo no lo aceptaba, en ese sentido, el día del funeral mi tío me hizo una lista de razones por las cuales no se había suicidado, o sea una lista de pruebas y entonces él me dijo que estuviera tranquila porque por esto y esto él no se había suicidado, que eran pruebas, de cómo estaba la camisa... entonces yo le dije ok que dicha y le dije “cualquier cosa a mí nunca nadie me llegue a decir que él se suicidó”, sea cierto o no, yo no podría soportar eso” (comunicación personal, 4 de marzo de 2021).*

Igualmente, vivieron distintas situaciones en las que personas allegadas mostraron cierto retraimiento al preguntar sobre el suicidio, esto se dio posiblemente por un desconocimiento en el abordaje de esta temática, situación que incomodó a los familiares de Morado y refuerza la idea de que el suicidio debe ocultarse como un hecho vergonzoso, como lo ejemplificó Corazón: *“Para las otras personas es incómodo. Justamente ayer fui con ella - Pizza- a ver el partido de la Liga y nos encontramos a varios amigos de mis papás y uno de ellos me intentaba preguntar que ¿Cómo estaba? ¿Qué estaba haciendo? Pero a la gente como le da vergüenza se incomoda y yo quería decirle como “tranquilo pregúnteme, de verdad a mí no me molesta que me pregunte”, pero no sabía cómo decírselo así al frente de todos y demás.*

Yo siento que a la gente en sí le da como vergüenza tocar el tema, preguntar o tratar” y Pizza añade: “sí, a la gente le da cosa” (comunicaciones personales, 4 de marzo de 2021).

Todo estos señalamientos sociales pudieron ocasionar que en el sistema se manifieste la negación en la percepción de la realidad con respecto a la verdadera causa de muerte, dado que, el suicidio por sí mismo es un evento difícil de procesar y en el caso de esta familia se le sumo: el desconocimiento, mal manejo que se tuvo para comunicar el evento por parte de Roja y de los medios de comunicación, el reforzamiento recibido de los familiares sobre la negación de que el padre había concretado el suicidio y el señalamiento social que se reafirmó con la exposición pública del evento por parte de los medios de comunicación. Esto provocó que la elaboración del duelo se realizara hacia lo externo como si la causa de muerte fuese otra y no por suicidio.

4.2.9. Impacto de los grupos de apoyo para sobrevivientes

En consecuencia, de la carencia de espacios de apoyo para las familias que viven este tipo de pérdida que se encontró en la revisión bibliográfica y como lo expresaron las familias participantes, se consideró que estos grupos podrían aportar de forma positiva en el proceso de duelo vivido por las familias sobrevivientes de un suicidio, así como lo manifestó cada una:

Tato (familia 1) rescató que: *“Entonces los grupos de apoyo para mí son muy importantes, porque nos ayudamos entre familias, mamás o lo que sea y entendemos que no estamos solos, que también hay mucha gente que está pasando por lo mismo”,* Vanessa agregó: *“Yo poniendo ejemplo esta última reunión con las familias que tuvimos, recuerdo que la ira yo no la saqué bien, yo quería gritar, quebrar cosas, hacer todo un estruendo y no podía porque tal vez me daba miedo y estaba mal pero decir como no no sí está muy mal, entonces como que reprimía uno esas cosas, entonces en el momento que estuvimos con las familias a veces como que uno con los años va guardando esas cosas para que no le duelan o va ocultando todo para no recordarlo y que no esté doliendo, entonces cuando el señor de una familia habló, ese señor habló y a mí se me vino el mundo encima, mi película volviéndose a repetir y saqué muchas cosas, yo lloraba y lloraba y lloraba y no podía parar de llorar, pero era un sentimiento que no lloraba... o sea eso solo lloré cuando Francisco falleció y volví a llorar después de tantos años, yo decía ya son 7 años y con solo escuchar al señor que sentí como que hablaba lo que yo sentía y lo que yo pensaba, entonces fue muy bueno porque así yo siempre me lo digo y así uno se lo dice y se lo dice diay uno se acostumbra a sus propias palabras pero que se lo diga otra persona completamente extraña que uno no sabe ni que es, pero sabe lo que está sintiendo*

uno y piensa lo que uno piensa y, entonces solté mucho y por eso considero que si son buenos” y Manuel finalizó añadiendo: *“Para mí también, siento que puede ser un apoyo para las familias, siento que puede haber un consuelo donde uno puede empezar a visualizar las circunstancias, siento que puede ayudar en el momento a pensar y en qué puede hacer uno para sobrellevar el duelo”* (comunicaciones personales, 19 de abril de 2021).

Mauricio (familia 2) sostuvo que: *“Yo en lo personal, no siento que sea tanto apoyo lo único es que es muy personal, lo único es que sí fui a otro grupo donde la gente se muere por muertes naturales, entonces el suicidio lo ven siempre como un tabú, la única diferencia de un grupo a otro es que aquí hay libertad, todas las personas estamos pasando por un duelo por lo mismo por suicidio, entonces es como más paz pero digamos a mí me duele ver como entra la gente al grupo y sé que es por causa de un suicidio. Entonces trato de no hablar mucho, a veces trato de ver los mensajes bonitos, cosas así pero ya le había dicho a J que ya yo me quería salir del grupo, que había llegado mi proceso dentro del grupo (...) lo interesante del grupo, a rescatar, ha sido lo mínimo”*, asimismo, se dio la siguiente conversación con MQ:

MQ: *“En realidad no sabría comentar mucho puesto que no he estado en uno, yo tal vez lo que percibía cuando papi estaba es que tal vez le afectaba un poco más cada vez que estaba en el grupo, pero específicamente en lo personal no sabría decirte si es bueno o no o darte una opinión personal”*

Investigadora: *“Y si la opinión la das desde la experiencia que tuviste con la última entrevista que tuvimos en grupo?”*

MQ: *“En realidad si lo veo bien, realmente uno escucha y comprende a personas que realmente están pasando o están en la misma sintonía que uno. Entonces realmente yo siento que sí ayuda bastante el hecho de poder expresarse con alguien que está entendiendo de lo que estás hablando por decirlo así”* (comunicaciones personales, 4 de mayo de 2021).

Tuto (familia 3) señaló: *“Porque al compartir con otras personas que están pasando o han pasado lo mismo... como dicen la carga entre varios se hace más liviana. Entonces al estar compartiendo ayuda como a desahogarse y al ver uno que no solamente yo estoy pasando situaciones difíciles, es donde yo tomaba de que hay otras personas que están peor que yo en todo sentido. Yo me refugio en eso (...) entonces eso me ayuda a ver las cosas... a sentirme un poquito más aliviado. No porque otros lleven cargas más pesadas que yo pero no solo yo las llevo, sino que hay otros(...)”*, a lo que Gemelos añadió: *“Sí por eso porque, o sea no es que uno se alegre del mal ajeno, pero di uno se siente fortalecido, uno se da cuenta que*

desgraciadamente no somos ni los primeros ni los últimos que van a pasar por una situación. Aunque aquel día, ese sábado, bueno, al final todos lloramos, fue algo terrible, pero bueno es parte de esa empatía que tenemos todos verdad. Y bueno ese señor yo quería abrazarlo, pero terrible, o sea, fue muy sentimental, di es que salieron todos esos sentimientos que tenemos todos verdad (...)” (comunicaciones personales, 19 de abril de 2021).

Y finalmente Corazón (familia 4) planteó que: *“Si bueno para mí ver que hay más personas que entendían el sentimiento de uno o que tenían historias dentro de lo que yo puedo considerar peores que las mías, me hacía sentir primero que alguien entendía el dolor, porque la gente que no lo ha vivido no lo entiende, entonces como esa compañía o que alguien entiende lo que uno está pasando, es muy importante y le ayudó a uno como a estar más tranquilo y que a cualquier persona le puede pasar básicamente”*, a lo que Pizza agregó: *“A mí me parece que sí son muy útiles, también para la parte de expresarse que uno se puede sentir tranquilo definitivamente que la persona le está entendiendo, uno no tiene que explicarle la historia y decir pero yo no sentí culpa por esto y esto... uno no tiene que explicarle porque uno sabe que otra persona... digamos que el suicidio es... un tabú o no sé cómo definirlo, pero que la gente piensa muchas cosas que no son o lo juzgan mucho hasta que pasa digamos a uno... entonces siento que es como la tranquilidad de que no lo va a juzgar nadie del grupo y que usted se puede expresar, sin tener que dar explicaciones, sino que más bien uno solo se expresan para que le ayuden (...)*” (comunicaciones personales, 20 de abril de 2021).

Por lo tanto, se rescata de las opiniones compartidas de las familias participantes que los grupos de apoyo son considerados fundamentales en el proceso porque se pueden identificar con otras personas que atraviesan o han atravesado una pérdida por suicidio, situación que les permite externalizar libremente los pensamientos y sentimientos que guardan para sí mismos sobre su duelo, sin exponerse ante comentarios poco empáticos a raíz de los prejuicios sociales que hay sobre el suicidio, con los que deben lidiar constantemente. Sin embargo, esto no debe ser tomado como una norma para todas las personas sobrevivientes, puesto que, en algunos casos se señaló que no consideran que los grupos de apoyo sean de ayuda, más bien, sintieron que al estar reviviendo la pérdida les pudo afectar emocionalmente de manera significativa. Así como Vanessa (familia 1) afirmó: *“Es que el grupo X es más de siéntese y explique el proceso, cómo pasó, cómo se quitó la vida, cómo fue ese día, no fue más como ustedes que uno llega y cómo se siente ahora, es más como recuerde todos los detalles y cuénteles a la otra persona, entonces es más bien como meter el dedo en la herida, no es como “dejo ir y ya”, es más como de recordar. El grupo con ustedes fue diferente porque más bien era de cómo nos sentíamos,*

no de cómo pasó, ese día qué fue, cómo se la quitó, es más bien cómo se siente uno en el proceso que eso es lo que nadie toma en cuenta. Después de ahí para acá cómo vive usted su vida desde entonces, sino más bien detalles que duelen, a mí por lo menos me duelen y ya luego las telas con nombres es más cómo de pérdida, yo lo sentí así, de música triste, es hacerlo a uno llorar, bueno a mí me dolía mucho entonces yo le dije a mami que ya no, es bonito sentirse que uno no está solo, eso sí. Siento que esta vez que lloré fue más una sanación que dolor, fue como sacar eso que tenía guardado y que me reprimí, sin querer queriéndolo lo saque, les juro que ni lo pensé, el señor empezó a hablar y a mí se me salieron las lágrimas, no lo controlé” (comunicación personal, 19 de abril de 2021). Cabe destacar que, los espacios grupales son una herramienta que no funcionan para todas las personas esto debido a las diferentes personalidades, una resistencia por trabajar emociones dolorosas y una falta de adaptación que puede darse por el momento del proceso de duelo en que se encuentran.

4.3. Sentimientos asociados al proceso de duelo y la posibilidad de expresión

Un aspecto elemental de explicar en esta categoría es que algunas de las subcategorías que se encuentran dentro de este provienen de una lista de palabras que fueron trabajadas como sentimientos con los que se abordaron con las familias en una de las sesiones, los cuales surgieron de los documentos que conforman el marco teórico de esta tesis, en combinación con la colaboración y acompañamiento de una de las lectoras, especialista en la temática de suicidio.

4.3.1. Estados emocionales en el proceso de duelo

A lo largo de la investigación se ha aclarado que las personas siempre pertenecen a una familia, característica presente en cualquier tipo de duelo, esto se encontró en las cuatro familias participantes, ya que, existe una constante relación de diferentes acontecimientos cotidianos con el(la) fallecido(a), al ser recordada con estima y nostalgia por su familia como fue indicado por Vanessa (familia 1): *“Los momentos de reunión a veces me gusta hablar algo que él hizo y algunos recuerdan y agregan otro, recordamos ese ratito bonito de cosas que él hacía cuando estaba acá”*(comunicación personal, 8 de marzo de 2021), MQ (familia 2) comentó que siente alegría al: *“Recordar todos los momentos que vivimos juntos”* (comunicación personal, 9 de marzo de 2021), Plimplim (familia 3) mencionó: *“Igual casualmente siempre nos hemos reído y recordamos lo que hubiera dicho (...) digamos ahora cuando empezó la pandemia, decíamos ¿Qué estuviera haciendo? ¿Cómo hubiera sido? Verdad (...) pues yo creo que nos hacen recordarlo de alguna forma y revivirlo (...) lo llevamos tan dentro de nuestro corazón que*

está... está celebrando con nosotros igual, (...) siempre está con nosotros en cada celebración, en cada navidad, en cada cumpleaños (...)” (comunicación personal, 27 de marzo de 2021) y Pizza (familia 4) añadió: “*(...) lo recordamos casi que todos los días, se toca el tema así sin ningún problema (...)*” (comunicación personal, 27 de marzo de 2021).

Asimismo, se identificó que algunos sentimientos se acrecientan y florecen con situaciones, actividades u objetos que suscitan pensamientos relacionados a la persona ausente, pero, hay un aumento particular de este estado de ánimo cuando se acercan fechas especiales alusivas al evento o al fallecido(a) como Vanessa (familia 1) lo externó: “*Hay fechas específicas en las que hay cambios de ánimos, por ejemplo, mi cumpleaños me afecta, siempre termino llorando, a pesar de tanto tiempo. Ahora en febrero Manuel y yo que cumplimos años siempre hay un sentimiento de vacío (...) navidad si se siente o en eventos importantes (...) saber que él no está, si son como los momentos que más pegan*” y Manuel (familia 1) agregó: “*También siento que las fechas más importantes como cuando él lo hizo, que fue a finales de septiembre y el cumple a principios de octubre, siento que es como un lapso de fechas bastante complicadas*”, a lo que Tato (familia 1) añadió: “*A mí la navidad trato de vivirla pero ya no es la misma, los días de la madre yo trato de compartírselos con ellos, pero tampoco es lo mismo, ni mi cumpleaños, el cumpleaños de él y el día que él cumpleaños de muerto, son fechas que aunque uno trata, ya son siete años y ya no es el mismo dolor de antes, ya el dolor ha ido disminuyendo. Pero aunque yo trate siempre me pega, me golpea, por más que quiera, o me pego mi llorada antes o después, pero están ellos y tengo que compartirlas con ellos, pero son fechas que para el resto de mi vida quedaron marcadas*” (comunicación personal, 8 de marzo de 2021), mientras que Mauricio (familia 2) refirió: “*(...) es que llegaron los dos años, ahora el 14 de febrero entonces por las fechas florecen muchas cosillas (...)*” (comunicación personal, 2 de marzo de 2021) y MQ (familia 2) agregó: “*Digamos cuando se acercan las fechas si me pegan un toque duro (...)*” (comunicación personal 9 de marzo de 2021), a lo que Plimplim (familia 3) sostuvo: “*(...) igual siempre falta eso no es... es inevitable la fecha del cumpleaños de él, el día de la madre, el día del padre, este, la navidad el año nuevo ¿Verdad? Todos esas celebridades o esas fechas festivas siempre nos va a faltar el saludo ¿Verdad? (...)*” (comunicación personal, 27 de marzo de 2021) y Corazón (familia 4) indicó: “*hay cambios de ánimos en todas las fechas célebres*” (comunicación personal, 4 de marzo de 2021).

A esto, se le añaden los cambios emocionales propios de este tipo de duelo los cuales se viven con mayor fuerza en los primeros años y en ocasiones continúan presentes con menor intensidad a lo largo del tiempo. Así, estos acontecimientos dan pie a la respuesta familiar en

la que se originan cambios de ánimo repentinos en los miembros del sistema con recuerdos sobre el evento que los sensibiliza, como Corazón (familia 4) planteó: *“A mi emocionalmente, a veces yo no estoy consciente de que es 28 y emocionalmente me siento mal y ya luego entro en razón o mi mamá me lo dice(...)”* (comunicación personal, 4 de marzo de 2021). Dichas alteraciones no se dan de manera constante en todos los(as) participantes, a cómo Plimplim (familia 3) lo indicó en el grupo de discusión: *“(...) estoy segura que cada quien vivió la montaña rusa de emociones del duelo, que es sumamente diferente cada uno”* (comunicación personal, 27 de marzo de 2021), a razón de esto las familias experimentan una conmoción en el sistema que perturba su equilibrio. Parte de los sentimientos manifestados en estas circunstancias son: enojo, irritabilidad y tristeza, los cuales le demandan al sistema un mayor desgaste a nivel emocional que en otros duelos.

4.3.2. Preguntas en el proceso de duelo por suicidio

Además de los sentimientos, en este proceso de duelo se enlazan un sinnúmero de pensamientos con preguntas los cuales producen una serie de dificultades que comprometen el estado emocional, sobre ello Garcíandia (2013) indica que, dichos cuestionamientos perturban al sistema, el más recurrente es en torno al ¿por qué de la decisión tomada? y preguntarse si el suicidio fue una manera de expresar un padecimiento o es más bien que la familia es disfuncional. Algunas de estas preguntas manifestadas por las familias participantes fueron: *“¿Qué por qué lo hizo? ¿Por qué no se pudo haber hecho algo diferente?”* (Vanessa familia 1, comunicación personal, 1 de marzo de 2021); *“¿Por qué lo hizo si tenía una vida por delante para que cumpliera los sueños y metas que se propuso en algún momento de su vida?”* (Manuel familia 1, comunicación personal, 8 de marzo); *“¿Por qué nos hizo esto?”* (Tuto familia 3, comunicación personal, 10 de marzo de 2021); *“en su carta ella me dejó una nota que decía que “sus malas decisiones la llevaron a constantes depresiones de las cuales ya no quería vivir” entonces uno se decía, pero ¿cuáles? Uno se va para atrás como porque nunca hubo (...)”* (Mauricio familia 2, comunicación personal, 27 de marzo de 2021); *“¿Por qué no pidió ayuda?”* (Plimplim familia 3, comunicación personal, 10 de marzo de 2021); *“¿Por qué él no me dijo? Que por qué no me dijo a mí para yo ayudarlo porque él no llegó a decirme a mí. ¿Por qué no lo llamé en esos días?”* (Mari familia 3, comunicación personal, 10 de marzo); *“¿Por qué? ¿Por qué a nosotros?”* (Tuto familia 3, comunicación personal, 27 de marzo). Estos cuestionamientos han intensificado y suscitado una variedad de sentimientos como: la vergüenza, culpa y temor, sumándole las demás que comúnmente se experimentan en un duelo.

Se considera que las familias participantes han experimentado esta etapa de cuestionamientos independientemente de la manera en que se dio el suicidio o la forma en que se estructura cada sistema, pues, es una fase que de acuerdo con Ancinas (2011) se produce una búsqueda extensa para explicar la tragedia y los porqués de la muerte.

Dicho lo anterior, en la familia 1 pese a que frecuentemente tuvieron presente estos pensamientos a raíz de los cuestionamientos, intentaron entender y justificar el motivo de la decisión tomada, trayendo un consuelo ficticio para apaciguar el desequilibrio en el sistema que trajo la crisis, como lo indicó Vanessa: “(...) *deja uno de preguntarse a veces tan seguidamente que por qué lo hizo. Trataba uno ya de comprender, por lo menos en nuestro caso, que él no era feliz aquí, o sea, no la estaba pasando nada bien, si lo hizo es porque estaba más tranquilo. En el momento que fuimos al entierro de él, su rostro reflejaba paz, se reflejaba tranquilidad que a uno le daba como ese poquito de tranquilidad (...)*” (comunicación personal, 1 de marzo de 2021).

En el caso de la familia 2, más allá de las preguntas existen reproches por parte de MQ hacia Tif como él lo señaló: “*Que no haya hablado conmigo para ayudarla*” (comunicación personal, 9 de marzo de 2021), manifestándose como un enojo hacia su hermana por no haberlo buscado para brindarle apoyo, esto se dio con mayor peso, debido a que, convivían juntos y además sostenían una relación cercana, lo cual produjo que se forjara un vínculo de cercanía y apoyo entre ellos, provocando que MQ esperara que ella recurriera a él como una opción de protección.

La familia 3, a causa de la experiencia de uno de sus miembros relacionada con este tipo de muerte, no se preguntaron con tanta intensidad el motivo de la decisión tomada por Chelito, como Tuto planteó: “(...) *Incluso yo les dije a ellas “no nos hagamos preguntas de las cuales no vamos a tener respuesta nunca” es como tener una herida y estarle echando sal. Estamos desgraciados por dentro y hacernos preguntas es estarnos desgraciando más, porque así es (...)*” (comunicación personal, 10 de marzo de 2021) y amplió diciendo: “*Después aquí en la casa les dije a ellas (...), empezar a hacernos preguntas que si por tal cosa que si la otra que si hubiera pedido ayuda que si me hubiera dicho (...) Pongamos todo en manos de Dios y pongámonos nosotros en manos de Dios y adelante (...)*” (comunicación personal, 27 de marzo de 2021), por lo que, se interpreta que las interrogantes se dieron en este proceso como una autolesión que podría perjudicarlos en el duelo. Debido a esto, la familia se centró mayoritariamente en la manera en la que podía elaborar el duelo, especialmente porque se brindaron apoyo mutuamente entre sí y permitieron la expresión de los sentimientos.

En la familia 4, a raíz del apoyo profesional que tuvieron internalizaron que no debían continuar con los cuestionamientos sobre la elección tomada por parte de su padre y que por lo contrario, tenían que entenderla y respetarla, trayendo como resultado tranquilidad y paz en el proceso, como fue mencionado por Corazón: *“Entendimos que pasó eso, que no había nada que hacer, que de nada sirve cuestionarnos las cosas, o sea que al principio uno se preguntaba mil cosas, ya uno sabe que no va a tener respuesta del 95% de las cosas que se pregunte, entonces como que lo aceptamos, lo entendimos, igual se lo respetamos y ya”* (comunicación personal, 4 de marzo de 2021). Otro aspecto tomado en cuenta en esta familia, es que estas interrogaciones se presentaron con menor medida debido a la negación que existe sobre la verdadera causa del fallecimiento que impulsa al sistema a imaginar un escenario menos doloroso asociándolo a una causa menos traumática.

4.3.3. Posibilidad de expresión de los sentimientos en cada familia presentados en el proceso de duelo

Con respecto a las emociones Rodríguez y Kerr (2011) indica que, por sí mismas son necesarias para la adaptación al medio ambiente, las cuales se pueden transformar en sentimientos y estos últimos son las que aparecieron en las familias participantes de forma compleja de sobrellevar y expresar a causa de los pensamientos y juicios sociales que experimentaron a lo largo del proceso. En las familias los sentimientos se encuentran relacionados con el nivel de expresividad que establece cada una, es decir el clima emocional, el cual está influido por factores internos y externos, junto a este se dan afectaciones individuales que repercuten en el funcionamiento grupal, por ende, en el proceso de duelo familiar y viceversa. Cabe rescatar, que más allá del carácter súbito del fallecimiento, los sentimientos que se desencadenan son elaborados según la estructura de cada sistema y las situaciones que se presentan alrededor de la pérdida. Por estos dos aspectos, dicha resolución de las emociones se exteriorizó de diferentes maneras en cada sistema, puesto que, se encontraron implicados los recursos, mecanismos y factores protectores que los sistemas tenían en el momento que vivieron el suicidio. Es decir, el clima emocional, estructura y dinámica de cada familia participante influyó de la siguiente manera, en la familia 1 la expresión de los sentimientos se limitó por el tipo de comunicación que se da dentro del sistema, como Vanessa lo indicó: *“Poco comprensibles, es que no hay mucha comprensión hacia el otro, o hacia lo que le sucede al otro, a veces tendemos a buscar mucho el bienestar propio, es como si alguien tiene un mal día está de chicha, mejor me voy. La comunicación nunca ha sido una virtud en*

esta familia y somos poco comprensibles” (comunicación personal, 1 de marzo de 2021). Denotando así, el desligamiento familiar que ha llevado a sus integrantes a colocar una barrera ante aquello que se relacione con la pérdida, pese a que, esta represión de emociones les ha generado un proceso complicado a lo largo de los años.

Se considera que un aspecto fundamental es que, a causa de las dinámicas de agresividad presentes antes del evento en esta familia, al momento de sufrir la pérdida la ira y el enojo fueron los sentimientos que se experimentaron con mayor presencia e intensidad desde el momento de la muerte hasta varios meses después, puesto que, esto fue utilizado como un mecanismo autorregulador al buscar la homeostasis que tenían.

La familia 2 por su tendencia al aglutinamiento ha producido una afectación en la expresión de los sentimientos de uno de sus miembros, a causa de que, no se respeta la manera de sobrellevar su proceso de duelo, depositando en MQ las expectativas de cómo debe manifestar su dolor, esperando que sea de la misma manera que Mauricio lo ha hecho. Situación que fue aclarada en la subcategoría 4.2.2. llamada: “Factores a lo interno de las familias que influyeron en el proceso de duelo”, la cual se cree que ha ocasionado una dinámica recargada de incompreensión y poca libertad de expresión a nivel del sistema.

En la familia 3 la estructura y el clima emocional con el cuentan han sido factores que formaron un sostén para todos sus integrantes en el que se respetaron los niveles de expresión de cada quién, donde pudieron hacerlo en el tiempo y la manera que necesitaban, aceptando así expresiones tenues o intensas por parte de los integrantes, ya que, se sienten en confianza de transmitir lo que sienten cuando lo necesitan. Por ello, el duelo de esta familia ha sido progresivo sobre las distintas etapas del duelo familiar, en especial por contar con límites flexibles.

Para la familia 4 la expresión de los sentimientos se vio afectada por el aglutinamiento bajo el que se rigen, puesto que, han pensado que todos(as) sus integrantes deben sentir lo mismo y de la misma forma, invisibilizando la diversidad y los niveles de los sentimientos que se podían presentar dentro del sistema en el proceso de duelo. Sin embargo, la familia rescata que en cuanto al duelo tomaron ciertas consideraciones con respecto a lo que la otra estaba experimentando, como Corazón aclaró: “(...) *mi mamá siempre había estado muy involucrada, en temas de psicología, talleres de duelo y demás, entonces por ahí en especial nos orientó bastante, respetando la manera de cada una de sanar o llevar su dolor (...)*” (comunicación personal, 27 de marzo de 2021), es decir, el respeto de la expresividad de los sentimientos en esta familia se dio por la orientación de la madre y la ayuda profesional que obtuvieron, la cual

implicó un gran soporte para sobrellevar el duelo. Esto sucedió a pesar de que en este sistema se encuentra instaurada la creencia de que la expresión de los sentimientos debe darse de forma conglomerada en otros aspectos de sus vidas

4.3.4. Vergüenza

Garciandía (2013) argumenta que, las familias que viven este tipo de fallecimiento no solamente quedan con la sensación de la pérdida, sino que además añaden a este proceso la vergüenza. Según dicho autor esta es una emoción que se puede presentar con una afectación significativa a nivel familiar, en especial por estar relacionada al entorno social y los posibles señalamientos, dándose con mayor énfasis si se tiene una percepción de que el suicidio es un tema moral pecaminoso. En las familias participantes la vergüenza se presentó de distintas formas que engloba situaciones anudadas a mensajes incongruentes, a estigmas sociales sobre el suicidio y a la manera en que fue comunicada la muerte, mientras que hubo una de ellas que no experimentó este sentimiento.

De acuerdo con la familia 1, el suicidio conllevó gran cantidad de sentimientos, no obstante, la vergüenza no se manifestó en el proceso de duelo, se cree que fue a raíz de que como se ha mencionado, a lo largo de su historia familiar han tenido que atravesar por pautas transaccionales complejas, en las cuales el suicidio llegó a ser una más de ellas a lo que se le suman los años que tuvieron que lidiar con los reiterados intentos suicidas por parte de Francisco.

Para la familia 2 la vergüenza se denota con mensajes incongruentes, puesto que, el sistema no reconoce que se ha presentado en el duelo, pero, realmente es una emoción que ha estado latente, dado que, en ocasiones el sistema familiar prefiere reservarse el motivo de muerte de Tif para evitar señalamientos y juicios sociales, como Mauricio indicó cuando habló de la vergüenza: *“Para mí la sociedad ve el suicidio como un tabú. Todavía se genera mucho tabú (...) la semana pasada que fui a un taller de gente de luto, desde el momento en que la mamá de MQ expresó que ella se había suicidado en sus rostros cambiaron muchas cosas. Entonces para mí es una emoción sin expresión”* (comunicación personal, 9 de marzo de 2021). A raíz de ello, manifestaron disgusto por notar que las personas los observan desde una posición distinta a la que se toma a un doliente por otra causa de muerte, llevándolos a ocultar este acontecimiento con mayor esfuerzo, especialmente en lugares públicos donde hay personas desconocidas, por las etiquetas que giran en torno al suicidio y que están consolidadas en la

cultura de Costa Rica, puesto que, todo esto puede afectar o degradar la imagen que tiene el sistema sobre Tif.

En el caso de la familia 3 la vergüenza impactó por los estigmas que se han construido a nivel social, no solo sobre quien consumó el suicidio, sino también de la familia sobreviviente, como se planteó en la subcategoría 4.2.8 denominada: “Implicaciones de la sobrevivencia de un suicidio”. Además, debido a estos estigmas los mismos sobrevivientes en el momento de lidiar con personas externas a sus familias pueden crear pensamientos sin fundamento alguno, como Gemelos relató: “(...) cuando mi hermano se suicida, lo enterramos viernes, lunes los chicos entraban a la escuela (...), y ya nos íbamos a ir yo dije Ay Dios que vergüenza ahora que van a... verdad yo sentía que me iban a señalar o que me iban a ver como que esa es la hermana de... verdad porque era muy reciente y diay era pues muy lógico verdad. (...) Y yo también tenía como pena de decirle a la Niña verdad, pero fue como ese día sí como que sentía esa pena de que la gente me iba a ver o me iba a señalar (...)” (comunicación personal, 27 de marzo de 2021).

Este sentimiento en la familia 4 se manifestó debido a la forma en que fue comunicado el fallecimiento de Morado, las diversas historias recibidas que las confundieron y los pensamientos ambivalentes sobre el evento, así lo indicó Corazón: “La vergüenza que sentía no era por la razón de la muerte sino tener que cambiar la historia”, por el contrario, Pizza mencionó: “A mí me daba igual cambiar la historia (...) a mí si me da vergüenza el hecho” (comunicaciones personales, 11 de marzo de 2021). Cabe mencionar que, por el ciclo vital en el que se encuentra la familia con una hija adolescente, la vergüenza se ha dado con mayor presencia en esta integrante, puesto que, en esta fase se produce una necesidad de encajar con los pares y dar una imagen socialmente aceptada, en consecuencia, ha existido una preocupación sobre las opiniones de los terceros y las etiquetas que el evento conlleva. Cabe rescatar que, para esta familia, la vergüenza en el proceso de duelo ha sido un sentimiento complejo de dilucidar, encontrándose todavía presente cuando deben compartir a otras personas la forma en que su padre murió.

4.3.5. Alegría

En el proceso de duelo existen sentimientos complejos de resignificar, la alegría es uno de estos, puesto que se ha presentado de manera desafiante, incluso con el paso del tiempo sentirla se sigue mostrando como un reto. Dicho sentimiento se encuentra implicado en la elaboración del duelo, porque como lo hace notar Navarro (2007) cuando se logra traer a

memoria a la persona fallecida sin dolor y por lo contrario se disfrutaban sus recuerdos, es cuando se podría considerar que el proceso está resuelto. La alegría en algunas de las familias participantes se mostró anudada a traer a memoria al ser querido, mientras que, en otras no se presentó por la carencia de resignificación de emociones como el dolor, enojo.

Para la familia 1, evocar constantemente a Francisco se encuentra presente, sin embargo, como no han logrado resignificar el dolor no han podido darle cabida a la alegría y recalcan que este sentimiento que él causaba en el sistema desapareció por completo, como lo hizo notar Tato: *“el papel de la alegría ya no, se murió con él”* (comunicación personal, 27 de marzo de 2021). Se cree que debido a la percepción de haber sido lastimados por la agresividad del acto y a las distintas problemáticas que esta familia ha arrastrado por muchos años se han mantenido constantemente a la defensiva, es decir, que ante cualquier situación responden con agresividad, por ende, la alegría no se ha podido resignificar y por el contrario predominan los sentimientos de dolor e ira.

La familia 2, como se ha planteado anteriormente, mostró una cronificación del duelo como fue explicado en la subcategoría 4.2.2 llamada: “Factores a lo interno de las familias que influyeron en el proceso de duelo”, debido a la veneración que han manifestado hacia Tif la alegría es relacionada únicamente con lo que ella fue en vida lo que evita que la recuerden sin sufrimiento, porque, se han inundado de culpa y dolor que los lleva a sentir un vacío. En este proceso han atravesado obstáculos en la aceptación de la nueva etapa familiar, donde se considera que no le han podido dar lugar a la alegría por la ambiciosa fantasía de tener a Tif de vuelta, como es planteado por Mauricio en el grupo de discusión al mencionarse la palabra soñar, respondió que Tif: *“vuelva a la vida”* y cuando se planteó la palabra esperanza mencionaron: *“volver a estar con ella”* (comunicación personal, 27 de marzo de 2021). Ahora bien, en muchas ocasiones las personas cuando están con vida comparten de manera escrita u oral acciones que les gustaría que sus familiares cumplieran en caso de que llegasen a morir, tal como sucedió en esta familia. Por ese motivo, cumplir con las solicitudes que ella había pedido, esta ha sido la única ocasión que se ha experimentado la alegría por estar relacionada una vez más a lo que ella demandaba y no a cuestiones personales de lo que ellos atraviesan, priorizándola en sus vidas pese a que ya murió.

En el caso de la familia 3, en su proceso de duelo la alegría fue manifestada en función de Chelito, como lo indicó Plimplim: *“Por pensar que está mejor”* (comunicación personal, 10 de marzo de 2021), es decir, esta familia se ha centrado mayoritariamente en creer que su ser querido se encuentra en un mejor lugar donde alcanzó el bienestar que anheló, quebrantando

así la percepción de que el suicidio fue realizado para lastimarlos. Esto trajo como resultado que a pesar del dolor que trajo la pérdida a la familia, al resignificar la alegría hacia Chelito han obtenido su propio estado de serenidad y pueden traerlo a memoria sin que esto implique un sufrimiento para sus integrantes o una conmoción emocional en el sistema.

Para la familia 4 la alegría es evocada por las memorias con Morado, como fue mencionado por Pizza: *“Cuando recordamos buenos momentos con él”* (comunicación personal, 11 de marzo de 2021). Asimismo, esta familia no atacó a Morado por la decisión que tomó, pues, eligieron respetarla, movilizándolo al sistema a que resignificaran la alegría con mayor facilidad y traigan a memoria a su padre sin sufrimiento. Sin embargo, esto puede encontrarse relacionado a la negación que tiene esta familia de aceptar la verdadera causa de muerte. A esto se le añade que el suicidio trajo un mayor aglutinamiento del existente en la familia, dando cabida paralelamente a la alegría porque esto contribuye al equilibrio del sistema y forma parte de los reajustes familiares que implicaron un mayor apego y unión en los distintos vínculos.

4.3.6. Culpa

Ancinas (2011) argumenta que, los miembros de la familia intentan encontrar una explicación de los factores desencadenantes que llevaron a la persona a consumir la acción o los posibles culpables. A lo que, Gómez (2017) añade que dicha emoción puede darse no solamente a nivel individual sino también extenderse al grupo familiar en general, culpabilizándose entre sí por no haber cumplido parte de los requerimientos de la persona fallecida. En las familias participantes la culpa se presentó por poco tiempo, debido a los diferentes mecanismos autorreguladores con los que contaron, pero este sentimiento tuvo una manifestación significativa en las madres.

Este sentimiento en la familia 1 pese a que han pasado siete años desde la muerte de Francisco fue uno de los expresados mayormente, tanto de forma manifiesta como latente en todos los integrantes, Tato lo demostró diciendo: *“Desde el momento que Francisco falleció es algo terrible que me ha costado superar, a pesar de que he llevado ayuda, todavía pienso que pude haber hecho más y eso me genera muchísima muchísima tristeza. Yo traté mucho de ayudarlo a él, pero a veces digo bueno lo hubiera amarrado a una silla o a algo, no sé, la culpa me ha costado mucho. Es un sentimiento muy difícil de superar... claro ya no es como al principio ya que era una culpa que me mató mucho, pero todavía está ahí, todavía está dentro de mí, el poder haber hecho algo más (...)”* y Manuel agregó: *“Hay días que se levanta uno o*

alguien de la familia y se siente culpable de no poder hacer algo para evitar que él hiciera eso” (comunicación personal, 8 de marzo de 2021). Este sentimiento por sí mismo es compleja de enfrentar, pero invadió con mayor peso a este sistema, porque por no haberlo detenido una vez más pese a la experiencia que tenían por las reiteradas veces que intentó atentar contra su vida, a nivel familiar ha existido la creencia de que debían cumplir con ciertos deberes y apoyo hacia Francisco que no lograron realizar.

En esta familia la persona que mayormente ha experimentado y expresado este sentimiento es la madre, como Vanesa lo planteó: *“Yo creo que aquí la que más expresa la culpa es mami, es la que más lo habla (...)”* (comunicación personal, 8 de marzo de 2021), se podría considerar que es debido a la creencia social de que los padres están para cuidar a sus hijos, recayendo este papel con mayor énfasis en las madres, de forma que, no haber detenido a su hijo después de tantos intentos de acabar con su vida para ella ha representado un fallo en su rol y sus obligaciones, que ha traído cierta responsabilidad sobre ella por la decisión tomada de su hijo y quebranta el ideal que existe socialmente de la relación armoniosa que debe producirse entre madre-hijo.

Por otro lado, este sentimiento se mostró de forma latente, a causa de la relación conflictiva que se tenía con Francisco antes de fallecer y lo que significó la muerte de él dentro del sistema, puesto que, de manera ambivalente la muerte conllevó aflicción y dolor, pero a su vez trajo paz y tranquilidad por la desaparición de los conflictos que él traía a la familia, como Tato lo recalcó: *“(...) Ya hay paz, ya no hay tanta gente en la casa y decirle era como hablarle a la pared”* (comunicación personal, 1 de marzo de 2021), es decir, con la muerte de Francisco desapareció el licor, las fiestas masivas y las constantes ideaciones suicidas, ejemplificado por Tato: *“(...) Al fallecer él, se cortó todo eso (...) Francisco y los gemelos compartían pared entonces ellos tenían un huequito para estar revisando que iba a hacer, una vez se tomó alcohol, otra vez se puso electricidad; entonces para ellos eso no era tener vida, pero, yo siento que cambió mucho el hecho de que ya no vinieran amigos y que ya no hubiera licor. Duele decirlo porque diay él era el que jalaba a la gente, porque Alexander no, aquí Francisco se fue y no volvieron a haber fiestas nunca más (...)”* (comunicación personal, 1 de marzo de 2021). Además, como se planteó anteriormente la muerte sobrellevó una mayor unión familiar, así lo explicó Vanessa: *“(...) nos unimos también como familia, o sea hubieron muchos cambios como familia (...)”* (comunicación personal, 27 de marzo de 2021), por lo que, el evento impulsó la resolución de algunos problemas que se han presentado en el sistema como pautas transaccionales.

La familia 2 aún continúa en su proceso de duelo, de forma que la culpa permanece presente y los invade constantemente, sumándole el recuerdo de los conflictos que tuvieron con Tif, a lo cual, Garciandía (2013) indican que este sentimiento se intensifica cuando se tuvo alguna confrontación con el(la) fallecido(a), situación que fue manifestada por MQ: *“(…) yo llegué a sentir culpa porque yo tuve un roce con ella un día antes de, entonces ya uno empieza como diay fui el detonante o hice tal cosa y por eso fue que sucedió. Entonces ya uno empieza a sentirse mal y realmente a pensar que uno fue un motivo de hacer lo que hizo”* (comunicación personal, 9 de marzo de 2021). Igualmente, se añade la idealización que tienen hacia Tif lo que ha provocado que crean que cada uno tiene responsabilidad de lo sucedido, como Mauricio lo planteó: *“(…) cada uno tiene una parte de culpabilidad (…)”* (comunicación personal, 8 de marzo de 2021), siendo uno de los aspectos que los ha estancado en el proceso de duelo.

Asimismo, estos elementos les ha impedido comprender la ayuda que les han brindado sus redes de apoyo, distorsionando la percepción del respaldo propiciado por los demás, creando así una sobrestimación del sostén que piensan que necesitan y reduciéndolo a acciones o palabras específicas, como Mauricio lo recalcó: *“(…) si me revolcó y la gente no sabe que uno está en ese proceso, y la gente dice “¿Por qué no sonreís?” y usted está en ese tsunami, metido dando vueltas por todo lado y la gente “di ¿Por qué no vas a la fiesta?”. Me pasaba, la gente trató de animarme y sacarme a muchos lados y yo nunca me negué, pero ante muchos mi posición era diferente (…)* Entonces siento que la gente lo ven a uno igual como si nada hubiera pasado (…)” (comunicación personal, 16 de marzo de 2021) Así pues, han mantenido un rechazo por buscar apoyo social para avanzar en el proceso, por imaginar que no será ofrecido de la manera que desean y por una sensación de incomprensión que han percibido de los acercamientos con las personas externas al sistema.

En la familia 3 Plimplim señaló que: *“(…) la culpa para mi es como un sentimiento sumamente pesado pero en un suicidio es muy latente, porque vos puedes decir “si yo hubiera”(…) “si yo hubiera preguntado” “si yo hubiera actuado diferente” “si yo el día anterior lo hubiera llamado” “si yo hubiera escuchado más” “si yo hubiera visto señales” verdad, pero di hay cosas que no tienen señales simple y sencillamente porque di, yo recuerdo ese día anterior que yo hablé con él y todo (…)* yo decía hijuepuchis si yo tal vez hubiera ido ese día tal vez nos hubiéramos tomado una copa de vino y no hubiera pasado nada verdad, o tal vez lo hubiera alejado de esa idea que él tenía. Como tal vez no, tal vez hubiera sido peor, hubiera ido, nos hubiéramos reído y cuando yo me vengo él hace todas las cartas y al siguiente

día toma la decisión en la mañana (...) Todos van a la culpa, como ¿en qué parte fallé?, ¿en qué parte me perdí?” (comunicación personal, 10 de marzo de 2021).

Ahora bien, esta familia al poseer varios factores protectores para la resolución de conflictos a nivel grupal, como lo son: el apoyo, actividades que propician la unión familiar, la lealtad, sana relación paterno-filial, límites claros entre los subsistemas, escucha activa, empatía, confianza y búsqueda de soluciones ante situaciones adversas, causó que la culpa se presentara solamente como una etapa, como lo mencionó Plimplim: *“(...) para mí fue como una etapa nada más o sea ya después di yo lo solté. No fue, él hubiera para mí no existe, ya pasó”* (comunicación personal, 10 de marzo de 2021). Todo esto ha conllevado a que con el transcurso del tiempo comprendan de forma racional el evento, de modo que, han trabajado en obtener herramientas para vivir su proceso familiar, reduciendo significativamente la culpa dentro del sistema.

Sin embargo, un elemento fundamental de mencionar es que al igual que la familia 1, la madre de la familia 3 es quién manifiesta la culpa mayormente y se encuentra presente a pesar de los años que han pasado desde la pérdida, así como Mari lo indicó: *“(...) a veces sí me pregunto e incluso cuando me da muy raro sueño con él, pero yo si le digo a él en el sueño que ¿por qué él no me dijo? Que por que no me dijo a mí para yo ayudarlo. Porque incluso si él tenía algo él llegaba “mi mamá tal cosa” y él me contaba, entonces yo decía: pero por qué él no llegó a decirme a mí. Y yo a veces si siento como una culpa, y yo le decía a una de las psicólogas que yo sí siento culpa porque yo a veces digo que por qué no lo llamé, porque incluso él me ha llamado martes a mediodía (...) Fue la última vez que él tuvo comunicación con la familia, fue a Tuto al que llamó y yo decía “uy por qué yo no contesté el teléfono”, o sea cosas así verdad que le quedan a uno. Yo si siento, no sé me cuesta y yo le pido a Dios no sé, que me quite esto, pero yo a veces si siento que es culpa mía porque yo digo “¿Por qué no lo llamé en esos días?””* (comunicación personal, 10 de marzo de 2021), de manera que se cree que esto se da en ambas madres por el rol social de que son ellas quienes esencialmente deben cuidar y brindar un apoyo a los hijos(as) cuando lo requieran y no haber podido evitar que ellos tomaran la decisión de quitarse la vida es un peso complejo de sobrellevar.

La familia 4 contó con un soporte significativo por parte de sus redes de apoyo y con procesos psicoterapéuticos, ello trajo como resultado que experimentaron la culpa por el suicidio de Morado solamente en un tiempo breve y fueron un sostén entre sí mismos, pese a la aflicción, así como Corazón lo indicó: *“(...) las personas que sintieron culpa entre ellos se hablaron, se trataron, se apoyaron, no sé, insistiendo que nadie tenía la culpa (...) como*

dándose a entender que no era culpa de nadie (...) ” (comunicación personal, 11 de marzo de 2021), aunque, esto no evitó que el sentimiento se manifestara de manera conflictiva, en especial por la naturaleza de la muerte en la que es inevitable que no aparezca la culpa, pero, al recibir la terapia en un momento oportuno y cercano a la muerte frenó la evolución de esta emoción. Por su parte, quién expresó mayor culpabilidad fue Pizza, a raíz de la relación fusionada que sostenía con Morado, como ella misma lo menciona: “Yo si sentí culpa (...) tal vez cuando hablaba con mis abuelos o la misma gente de la familia que me decían cosas de él y mías o sea como que siempre éramos los más cercanos y así, entonces en algunos momentos, no era culpa pero era como “no lo supe”, como “no pude hacer nada”, si lo sentí en algún momento (...)” (comunicación personal, 11 de marzo de 2021).

4.3.7. Admiración

La admiración, según Otero (2006) es parte de las llamadas emociones sociales, las cuales define como un complicado compuesto de respuestas reguladoras directamente involucradas en las vivencias sociales, como lo es un duelo. No obstante, es un sentimiento que aún es estudiado por los científicos, que, a nivel teórico, es poco asociado con un proceso de duelo en razón de las complicaciones que se presentan tras la muerte y especialmente por la adaptación a la nueva realidad que las familias deben enfrentar. Aun así, en este trabajo no se descartó la opción de que este tipo de sentimiento apareciera a lo largo de este proceso, por lo cual, se encontró que en algunas de las familias participantes la admiración no se presentó o por una idealización es asociada actualmente a la persona fallecida y en otras se admira lo que esa persona fue en vida y las enseñanzas que les dejó, aunque cabe rescatar que este sentimiento se dio en las personas que asistieron a terapia o en las familias que antes de la pérdida tenían límites flexibles.

Para la familia 1 por ser desligada y la dinámica que posee, la admiración aún es compleja de resignificar en el proceso de duelo para todos sus miembros porque cada quién vive su dolor de manera individual como se planteó en la subcategoría 4.1.5. llamada: “Límites”, por lo cual, aún no han logrado posicionar dicho sentimiento a nivel familiar, sino que ha sido experimentado de forma aislada entre cada integrante. Es en el subsistema fraternal donde se presentó el sentimiento hacia Francisco, Manuel lo denoto diciendo: “Yo siempre tuve esa gran admiración por mi hermano con la forma de ser tan alegre que tenía” (comunicación personal, 8 de marzo de 2021) y en este subsistema se compadecieron y justificaron los comportamientos agresivos y de abuso de sustancias que Francisco tenía por la violencia que

vivió en su infancia. No obstante, en el subsistema parental, específicamente para la madre, dicho sentimiento hacia Francisco no se ha experimentado porque se considera que se podría encontrar íntimamente relacionado a lo que ella refleja en él de lo que fue su esposo, quien representa una figura de dictadura, miedo, agresión y el responsable de ocasionar tanto dolor en el sistema, eliminando toda admiración hacia Francisco por el vínculo conflictivo que tuvo con él.

La familia 2, a raíz, de lo narrado en las entrevistas, el vínculo de Tif con los demás miembros y la idealización construida sobre ella, la admiración se considera que ha sido uno de los mecanismos que han utilizado para protegerse en el proceso de duelo, puesto que, con esta han evadido la realidad con la que no han podido lidiar y reacomodar su sistema, escudándose en lo que ella les evocaba demostrado con lo que MQ relató: *“A pesar de lo que haya pasado ella siempre es una admiración, todo lo que ella llegó a lograr a su corta edad”* (comunicación personal, 9 de marzo de 2021). Esto ha dificultado la elaboración de la intensa tristeza, culpa y dolor que sienten, porque se han sujetado a la admiración como el medio que los une a la imagen de ella que no están listos para soltar, permitiéndoles sobrevivir ante el verdadero escenario donde Tif ya no pertenece, porque han sobrepuesto la idealización que le adjudicaron por encima de la decepcionante idea de que ella “falló” al consumir el suicidio. Así, que se han arraigado a la admiración para enfrentar la crisis y asegurarse de que Tif no desaparezca del sistema, a causa de que, podrían pensar que, si se elimina este lazo, ella se desvanecerá por completo de la familia.

La familia 3 posee un clima emocional flexible que ha permitido la expresión de distintas emociones, posibilitando que se demuestre tanto el malestar como el consuelo entre sus miembros, llevándolos a que los sentimientos con respecto a la pérdida se pudieran transformar con el paso del tiempo en el proceso de duelo. De modo que, la admiración ha sido un sentimiento muy característico de esta familia, en razón de que, se sienten orgullosos de cada integrante del sistema y de los logros obtenidos por cada uno(a) de ellos(as), Plimplim lo indicó de la siguiente manera: *“Porque puedo admirar cosas de mami, cosas de Gemelos y de papi, o sea, indiferentemente de lo que se haga día a día admiro muchas cosas de cada uno”* (comunicación personal, 10 de marzo de 2021), situación de la que no está exento Chelito, pues, la admiración Gemelos la asoció con: *“(…) lo que él -Chelito- hacía”* y Tuto agregó: *“Porque era muy colaborador -Chelito-”* (comunicaciones personales, 10 de marzo de 2021). Dicha emoción no ha dejado de estar presente porque el suicidio no ha representado para la familia ningún tipo de fallo, descartándose como un motivo para cambiar la percepción que tenían

sobre él; se manifestó de esta forma en vista de que son una familia que se rige bajo principios de empatía y lealtad, aspectos que han facilitado la resolución de las circunstancias vividas y con ello han podido recuperar el equilibrio del sistema, a pesar de la perturbación atravesada por el evento.

En la familia 4 con respecto a este sentimiento Corazón indicó: “*Avance personal mío y de mi prima*” y Pizza añadió: “*A mi mamá*” (comunicaciones personales, 11 de marzo de 2021), es decir, la admiración fue manifestada por parte de Corazón y Pizza hacia los(as) integrantes de la familia, desviándola de Morado y lo que el evento implicó en el sistema. A pesar, de que se plantea una relación de apego con Morado y que se respeta la decisión tomada por él, no haberlo mencionado en la admiración y en la forma en que esta familia narró la historia en las entrevistas podría significar que por no acudir a ellas como apoyo para la situación que atravesaba fue tomado como un fallo en las pautas transaccionales y una deslealtad al sistema.

4.3.8. Temor

De acuerdo con Garcíandía (2013) en algunas ocasiones los familiares de la persona que concretó el acto pueden sentir que existe un vínculo de ellos(as) con el suicidio, trayendo como resultado la creencia de que están propensos a consumir otro, ya sea por sí mismos o por otro integrante, visualizando al suicidio como parte del destino del sistema. Según este mismo autor, esta es una situación que genera un temor constante en los sistemas familiares.

Dicho sentimiento se manifestó en todas las familias participantes desde la misma posición, a raíz de que se sienten rodeados por la sombra de este tipo de muerte que los sigue afligiendo por tantos años y por ello construyen imaginarios donde está presente la posibilidad de que otro miembro del sistema decida quitarse la vida, como Tato (familia 1) lo indicó: “*(...) dentro mi corazón que me da miedo que alguno de ellos haga eso -suicidarse- (...)*” (comunicación personal, 8 de marzo de 2021), MQ (familia 2) mencionó cuando se habla del temor: “*De perder a alguien que amo de nuevo*” (comunicación personal, 9 de marzo de 2021), Gemelos (familia 3) en la palabra describió: “*De mis hijos (lo hicieran) -suicidarse-*” (comunicación personal, 10 de marzo de 2021) y por último Pizza (familia 4) agregó: “*De que alguien cercano se suicidara también*” (comunicación personal, 11 de marzo de 2021). Con lo que, se denota que viven rodeadas con este oscuro trauma causado por la experiencia que atravesaron a raíz de la pérdida y la agresividad con la que les fue arrebatada la persona y el vínculo que tuvieron por tantos años con el(la) fallecido(a).

Asimismo, es preciso señalar que este temor fue más evidente en los subsistemas parentales participantes, a causa de que, para ellos(as) el escenario vivido ha conllevado un dolor indescriptible que nunca imaginaron atravesar, considerando que el sufrimiento por el fallecimiento ha sido mayor por el lazo que se tiene entre padre-hijo(a) o madre-hijo(a), a lo que Manuel destacó: *“A mi mamá le da mucho miedo que alguno vaya a cometer lo mismo que mi hermano -un suicidio-”* (comunicación personal, 8 de marzo de 2021). Por lo tanto, se considera que los padres y madres de estas familias al tener más hijos(as) creen que no podrían afrontar otra aflicción de esta magnitud por pensar que tuviesen que revivir el evento con algún otro hijo(a).

Otro aspecto en el que se encontró el temor fue por olvidar la voz, risa y el rostro del hijo(a) fallecido(a) como Tato aludió: *“A no verlo más a que se me olvide su voz el sonido de su sonrisa (...)”* (comunicación personal, 8 de marzo de 2021), porque se piensa que para ellos(as) olvidar estas características, representaría soltar para siempre a esa persona y que esta desaparezca del sistema.

4.3.9. Dolor

Este es un sentimiento presente en todos los procesos de duelo independientemente del tipo de muerte, en el caso de una pérdida por suicidio esta emoción se manifiesta con mayor intensidad, pues, las familias que viven este evento deben gestionar información compleja y atravesar diferentes juzgamientos sociales que se dan al rededor del fallecimiento. Gilbert (1996) reconoce que en este sentimiento intervienen factores tanto individuales como relacionales simultáneamente, residiendo en la familia dentro de su dinámica de interacción. Así que, cuando este se presenta en los sistemas se debe poner en marcha implícitamente la forma en que será procesado y negociado para la elaboración a nivel familiar. Por ello, Navarro (2007) indica que, para un adecuado manejo del dolor las familias deben encontrar nuevos motivos para continuar viviendo, sin que implique dejar de amar o recordar al ser querido, llevando a que puedan pensar en esa persona sin resentimientos o culpas.

Por lo cual, se encontró que en algunas de las familias participantes el dolor lo han instaurado a su realidad, ya que, aún no perciben al sistema sin este sentimiento, otras lo han logrado resignificar comprendiendo que esto no puede determinar su destino familiar, mientras que, una de las familias ha elaborado el dolor desde otro tipo de pérdida, no por suicidio.

En la familia 1, pese a los años transcurridos desde que sucedió el suicidio les ha sido imposible eliminar el dolor del recuerdo de Francisco, como Tato lo aclaró: *“(...) tengo una*

tristeza en mi vida, esa es la parte fea de la flor, la flor tiene unas hojas bonitas pero al mismo tiempo tiene unas hojas feas, que tengo mucha tristeza en mi corazón por lo de Francisco, tengo mucho dolor también (...)” (comunicación personal, 15 de marzo de 2021), por lo que, se cree que han mantenido intacto el dolor e imaginan que si transforman este sentimiento se eliminará toda memoria que tengan de él. Además, el dolor del recuerdo está influido por el vínculo que se mantuvo con Francisco antes de su muerte, por las dinámicas hostiles que él ocasionaba con los reiterados intentos de suicidio, abuso de sustancias y violencia dentro del sistema, puesto que, ya acarreaban con el dolor antes de vivir la pérdida como un elemento identitario familiar por todas las controversiales situaciones en las que él los colocó, por lo tanto, fue inevitable que el dolor se acrecentara con la decisión de Francisco de desaparecer del sistema y lo que esto conllevó.

Se considera importante remarcar que, en la familia 1 y 2 actualmente no conciben al sistema sin el dolor en su diario vivir, en vista de que, lo han sentido con intensidad y prolongación en el proceso, ocasionando que con el paso del tiempo se ha arraigado de manera profunda a sus dinámicas y se ha considerado parte de la identidad familiar, como Tato (familia 1) lo planteó: *“Tenemos que aprender a vivir con ese dolor para toda la vida”* (comunicación personal, 8 de marzo de 2021) y Mauricio (familia 2) manifestó: *“(…) por lo general siempre lloro (...)*” (comunicación personal, 2 de marzo de 2021) y agregó: *“(…) creo que dos años y resto y todavía no lo asimilo, o sea queda ese dolor ahí pegado (...)*” (comunicación personal, 4 de mayo de 2021). Por lo tanto, se cree que no han encontrado la manera de resignificar y soltar dicho sentimiento al pensar que si este desaparece moriría una parte de sí mismos, a lo que surge la hipótesis de que se aferran a este sentimiento porque consideran que será la única forma de mantener al fallecido con vida.

De tal forma que, se podría considerar que para estas familias soltar el dolor es dejar ir al fallecido(a), situación que ha impulsado una atadura a una figura inexistente para que siempre forme parte del sistema, como un fantasma; con ello, a ambas familias se les ha dificultado o retardado el proceso de duelo, dado que, el dolor les ha cegado los demás sentimientos que podrían permitir un avance. Dicha complicación se destacó especialmente en la familia 2 donde el reajuste que han tenido que realizar ha implicado un mayor impacto en el desequilibrio y autorregulación, esto por la cantidad de reglas esenciales que han tenido que modificar con la ausencia de Tif dada la posición que esta poseía y porque como fue explicado en la subcategoría 4.2.2. nombrada: “Factores a lo interno de las familias que influyeron en el proceso de duelo”, se explica que este reajuste requiere de mayor tiempo y gasto de energía.

El dolor ha sido una emoción manifestada en el proceso de la familia 3, pues, describen al suicidio como una afectación incomprensible y profunda en sus vidas, de forma que, este sentimiento estuvo presente de diferentes formas y circunstancias en los integrantes de esta familia para Gemelos asimilar que su hermano decidió acabar con su vida fue lo: *“Más grande, inexplicable”* (comunicación personal, 10 de marzo de 2021); Plimplim mencionó que le genera dolor: *“Cuando pienso por qué no pidió ayuda”* (comunicación personal, 10 de marzo de 2021); Tuto lo sintió por lo vivido a través de la pérdida y, asimismo, lo siente cuando recibe comentarios con carencia de empatía y conocimiento por parte de personas externas al sistema familiar como fue planteado en subcategoría 4.2.8. denominada *“Implicaciones de la sobrevivencia de un suicidio”*; mientras que para Mari el dolor lo experimentó: *“En el momento que me dijeron -la noticia de la muerte-”* (comunicación personal, 10 de marzo de 2021). A pesar de que cada una de estas situaciones recargaron y complejizaron el duelo, esta familia al poseer factores protectores de flexibilidad y tolerancia en la expresión de los sentimientos entre sus integrantes, conllevó a que recibieran y asimilaran mutuamente las diferentes emociones, así fueran complejas de procesar. Dichas herramientas han permitido que la familia avance en su proceso, en el cual se han permitido experimentar este sentimiento sin dejar que este les dificulte su diario vivir, puesto que, ahora comprenden que el dolor de un evento como este no debe determinar el destino familiar, porque todos los miembros de esta familia han resignificado el dolor al posicionarlo sólo como parte del recuerdo de la pérdida, recobrando así el equilibrio en la nueva realidad del sistema.

La familia 4 a causa de la negación por aceptar que vivieron una pérdida por suicidio, han elaborado el dolor como uno al que se vive en otros duelos por otro tipo de fallecimiento, llevando a este sistema a poner una barrera al proceso particular que conlleva un suicidio. Sin embargo, en algunas ocasiones la familia es consciente de la verdadera causa de muerte de Morado, como Pizza lo destacó con este sentimiento: *“Cuando recuerdo los hechos de cómo murió”* (comunicación personal, 11 de marzo de 2021), situación que trae un dolor intenso y complicaciones para elaborar las emociones del proceso. Pero, inmediatamente recurren nuevamente a la negación como su mecanismo regulador, adoptado desde el inicio del duelo para no enfrentar la realidad, tal como Pizza expresó: *“(…) entonces lo primero que pensé cuando ya empezaron a tocar más el tema y decían sí se pudo haber suicidado, yo decía cómo queeee.... no, jamás en la vida y pensaba que era imposible que se haya suicidado (...)”* (comunicación personal, 4 de marzo de 2021).

4.3.10. Gratitud

Se reconoce que hay sentimientos agradables que en el duelo por suicidio no se presentan por lo doloroso que llega a ser este evento, no obstante, aunque no son indispensables de experimentar, si algunos de estos se logran enlazar a la persona fallecida podrían bajar la intensidad de las emociones complejas de sobrellevar en el proceso, lo cual causa bienestar en la familia, siendo esto un aspecto a favor para que el suicidio no sea instaurado como un hecho negativo determinante en la historia familiar. Uno de estos sentimientos es la gratitud, la cual Pérez y Merino (2009) sugieren que está vinculada al agradecimiento, junto a una acción y efecto de agradecer. Ahora bien, de acuerdo con Rovira (1 de junio, de 2007) la gratitud es la alegría de la memoria, es decir, cuando se presenta no existe frustración, ni lamentos, por lo que hay cabida para la alegría del recuerdo. De modo que, el presentar esta emoción puede implicar la transformación de sentimientos como: el dolor, temor y culpa, que en ocasiones inundan a las familias en el duelo y no dan cabida al avance del proceso. Así, Rovira (1 de junio, de 2007) indica que aunque la muerte se lleva una parte valiosa de las personas, cuando hay gratitud el pasado llega a tener sentido, por lo cual, se considera que este sentimiento es fundamental de experimentar, ya que, puede ser un elemento que ayude a superar la pérdida, provocando que el ser querido sea visualizado desde una perspectiva de amor, enseñanza o gratificación por todo aquello que fue en vida, lo que convivieron juntos, los aprendizajes obtenidos de la persona y lo que significó en el sistema. Este es un sentimiento que no se presentó en todas las familias participantes, especialmente por los distintos y complicados pensamientos que se deben dilucidar en este tipo de evento, donde repercutieron los sistemas de límites y la negación de la causa de muerte, asimismo, en las demás familias este sentimiento se manifestó por aspectos religiosos, aprendizajes obtenidos a raíz de la pérdida y el proceso psicoterapéutico que llevaron.

En la familia 1 la gratitud se vio influida por los límites rígidos del sistema, donde cada integrante se ha encontrado con la necesidad de resolver las emociones y todo lo que requiere el proceso de duelo de manera individual, ya que, a nivel familiar existe poca unión y la expresión y la elaboración de los sentimientos es difícil en este sistema por la falta de apoyo entre sí. En consecuencia, Vanessa fue la única que indicó que esta emoción la siente para con Francisco por: *“Enseñarme a bailar, al aprender a ser buena hermana”* (comunicación personal, 8 de marzo de 2021), se considera que es debido a que ella ha sido la única que ha asistido a terapia psicológica de forma constante, aspecto que le ha ayudado a avanzar en su duelo porque ha resignificado su dolor e ira por alegría y gratitud con lo que Francisco le enseñó

en vida. Mientras que los demás miembros aún permanecen en una etapa en la que están siendo invadidos por la ira, tristeza y dolor, que no les ha permitido posicionar sus pensamientos y al ser querido con sentimientos de armonía y aceptación de la nueva realidad familiar.

En el caso de la familia 2, la gratitud no se presenta, al igual que la familia anterior, pero, en este sistema la causa es debido a la negación que presentan con respecto a la ausencia de Tif, cómo desarrolló en la subcategoría 4.2.2 llamada: “Factores a lo interno de las familias que influyeron en el proceso de duelo”. Sin embargo, cabe mencionar que, pese a que la gratitud no siempre está presente en el proceso, pero, como fue mencionado por Rovira (1 de junio, de 2007) si se presenta en el duelo puede ayudar en la transformación de los sentimientos que en muchas ocasiones causan que a las personas se les complique la elaboración del mismo.

La gratitud en la familia 3 se externalizó, debido a que, cuando Chelito decide quitarse la vida, ellos no sabían dónde se encontraba el cadáver y por encontrarlo Gemelos manifestó que la sintió porque: *“le pudimos dar su santa sepultura”* (comunicación personal, 10 de marzo de 2021), esto en razón de que al ser una familia creyente de la religión católica consideran que dicho ritual es fundamental para que la persona pueda descansar en paz. Por su lado, Mari siente agradecimiento con su hijo: *“Que era muy buena persona”* y Plimplim agregó: *“Darle gracias por guiar mi camino”* (comunicaciones personales, 10 de marzo de 2021), ambas agradecen lo que fue en vida y las enseñanzas que él dejó, a raíz de su fallecimiento en relación a la importancia de la salud mental. En vista de lo planteado por la familia se podría considerar que no se dejaron invadir por los sentimientos dolorosos, sino que lograron posicionar la muerte y lo que esta conlleva desde una perspectiva de aprendizaje, más allá de la separación o el abandono. Es preciso mencionar que, en este sistema, como consecuencia de su estructura y clima emocional han traído como resultado lo que Pérez (1999) llama una restitución emocional adecuada.

La familia 4 al igual que la anterior, relacionaron dicho sentimiento con el aprendizaje que les dejó la pérdida, como Pizza lo planteó: *“(…) la gratitud de que eso haya pasado porque de eso aprendí muchas cosas (…) al principio me volvió más valiente y más fuerte y me enseñó a soportar muchos problemas (…)”* (comunicación personal, 11 de marzo de 2021), esto trajo como resultado que colocaran el evento en una posición menos dolorosa a pesar de la gravedad de la situación. Por consiguiente, a raíz de la pérdida y los mecanismos adquiridos en el duelo es que obtuvieron nuevas herramientas de afrontamiento para atravesar otras experiencias difíciles de sobrellevar que se podrán presentar en el futuro; por lo tanto, no significarán un hecho tan devastador como lo fue la pérdida del padre. Se considera que esta resignificación y

el valor que se le ha dado a la circunstancia vivida es por la ayuda profesional y contingencia emocional que han tenido a nivel familiar.

4.3.11. Ira

Como se planteó anteriormente, un suicidio es una muerte abrupta e inesperada, que trae consigo sentimientos propios de un duelo pero que se producen con mayor intensidad a raíz del tipo de fallecimiento. Entre estos se encuentra la ira, considerada una etapa del duelo y que al igual que los demás, tiene niveles de intensidad que dependen de la estructura y el clima emocional establecido en cada familia. Gómez (2017) expone que la ira surge al inicio de un duelo pero conforme transcurre el tiempo este sentimiento se puede acrecentar, en especial cuando ha sido por suicidio por la cantidad de incógnitas sin respuestas que van surgiendo, lo que podría movilizar al grupo familiar a complicadas experiencias, no obstante, este sentimiento debe aparecer de forma temporal porque si no se trabaja y se mantiene a lo largo del tiempo, puede convertir el duelo en uno patológico y podría traer consecuencias graves en la familia hasta llegar a la ruptura de la misma. De modo que, en las familias participantes la ira se intensificó por los distintos acontecimientos experimentados y la relacionaron con la sensación de que no hicieron lo suficiente para que el ser querido quisiera seguir con vida. Del mismo modo, aceptar que la vida de esa persona acabó, junto a sus sueños y metas es una realidad devastadora para los sistemas que dio espacio a la ira por la sensación de abandono que surgió.

Este sentimiento en la familia 1 se ha dado como un continuo en el diario vivir siendo parte de las dinámicas familiares; es decir, esta ha sido arrastrada desde muchos años atrás como una identidad familiar y ha conllevado a constantes interacciones violentas lo cual ha desencadenado la ira en sustitución de otras emociones. Por lo tanto, en el momento en que sucedió la crisis por el suicidio, la ira fue el sentimiento con mayor presencia en la totalidad de la familia, puesto que, ha sido el mecanismo autorregulador con el que han sobrevivido en toda su historia. Así pues, Tato mencionó: *“Es uno de los sentimientos más fuertes en este proceso, yo quería en ese momento romper todo, un día tiraba cosas en el patio, otro día me dio como un ataque que pensé que me iba a morir. La ira al principio la llevaba tan presente en el proceso, aprendí a no golpearme, a golpear una almohada”* (comunicación personal, 8 de marzo de 2021), o sea este sentimiento llevó a que algunos de los miembros se auto agredieran cuando necesitaban desahogarse, en vista de que, el sistema no ha contado con herramientas y tampoco redes de apoyo para tener un afrontamiento que les ayude en el manejo de la

frustración de lo sucedido. De esta forma, este ha sido el único sentimiento que desde antes de la pérdida han podido expresar libremente ayudando al sistema a mantener el equilibrio, especialmente en los momentos de estrés elevado que traen consigo un desequilibrio a nivel grupal, tal como Vanessa lo planteó: *“La ira no se maneja bien en esta casa, todos gritan, pierden la cabeza, luego cada quién se mete al cuarto y al día siguiente actúan como si nada hubiera pasado”* (comunicación personal, 8 de marzo).

La familia 2 como se ha planteado, presenta límites relativamente difusos con lo que la lealtad es un elemento fundamental que se ha mostrado con mayor medida hacia Tif más que con los demás integrantes, por esto, el suicidio ha representado una traición a la familia, porque Tif no acudió al sistema para solicitar ayuda, viéndose así restringidos para protegerla y evitar que se quitara la vida, situación que ha ocasionado el sentimiento de ira por no pedir auxilio. Sin embargo, el sentimiento fue relacionado particularmente con la creencia de que Tif no es la responsable de su muerte por la figura idealizada que tienen de ella, considerando que el evento fue ocasionado por las personas a su alrededor, así como MQ asoció la ira con: *“Que haya sido por culpa de otras personas o uno mismo”* (comunicación personal, 9 de marzo de 2021), orientando la ira hacia los que creen “culpables” de la muerte Tif.

La ira en la familia 3 ha sido dirigida a personas fuera del sistema en consecuencia de la lealtad bajo la que se rige la estructura familiar, Plimplim indicó que sintió la ira: *“Cuando me dicen que fue porque fue poco valiente”*, Gemelos agregó: *“De los comentarios”* y Mari añadió: *“Cuando alguien me dijo algo feo”* (comunicaciones personales, 10 de marzo de 2021), es decir este sentimiento afloró con las distintas opiniones recibidas por parte de las personas sobre el suicidio, con respecto a diferentes perspectivas creadas a nivel social que se encuentran permeadas por estigmas sociales. Siendo así, la ira tuvo una mayor presencia cuando los comentarios fueron dirigidos a juzgar a Chelito por su decisión, dado que, los integrantes de la familia lo perciben como un ataque hacia el ser querido y, por ende, al sistema.

La familia 4, al igual que la anterior, la ira fue dirigida fuera del sistema, pero, en este caso por los límites difusos que poseen porque cuando algún problema impacta al grupo ningún integrante es percibido como el enemigo, por lo contrario, se dirigen los sentimientos hacia quienes no pertenecen al grupo familiar como Pizza refirió: *“A mí me daba rabia hacia otras personas por lo que hicieron, o hacia lo que le estaba pasando, lo que le paso, saber lo que otras personas le hicieron y que lo llevaron a hacer lo que hizo, eso me dio rabia pero no hacia él”* (comunicación personal, 11 de marzo de 2021). Es decir, esta familia en ningún momento responsabilizó a Morado del suicidio llevando a que la ira hacia él no se presentara, esto podría

ser por la amalgama familiar que han establecido y que no les permite sentir emociones controversiales hacia sus integrantes. De esta forma, Pizza mencionó que la ira que sintió fue: *“Con la ex esposa (...) cosas muy simples pero como que tomaron todo lo de él, todo lo que tenía en la casa, todo lo que era de él, yo hoy en día ni sé dónde están, nosotras nunca tuvimos nada, ni nos preguntaron, ya como un mes después uno cayó en cuenta ok mira donde está todo lo que él dejó, eso fue lo que me a mí me dio rabia”* (comunicación personal, 11 de marzo de 2021), es decir, esta emoción fue canalizada precisamente hacia, a quién han visualizado como la enemiga de la familia, situación que provocó una ruptura total en la relación que mantenían y quebró la imagen que el sistema había construido sobre ella. En el duelo por suicidio la culpa es un sentimiento con mucha intensidad, a pesar de ello, en esta familia fue rápidamente sustituido por la ira, a causa de que, como se explicó, a quién se considera responsable de la muerte no fue un miembro de la familia y se le sumó la negación latente en el sistema con respecto a la causa de muerte de Morado, evadiendo los sentimientos propios del duelo por suicidio y que los han trasladado a personas ajenas al sistema.

4.3.12. Perdón

El suicidio es percibido como una conducta autodestructiva que concreta una persona que trae como resultado la muerte de la misma y por ende un dolor intenso en la familia, por lo cual, los miembros sienten que deben perdonar dicha acción, siendo así, esta emoción se presenta con frecuencia en este tipo de duelo. El perdón, según Casullo (2005) implica una intención subjetiva de renunciar al rencor, los juicios negativos e indiferencia hacia quien ha lastimado, para desarrollar sentimientos de compasión. A causa de esta concepción se considera que las familias han tenido la percepción de que deben perdonar a la persona que consumó el suicidio porque ha sido asumido como un daño hacia ellos(as), cuando en realidad mediante este acto la persona que se suicida solamente intenta acabar con su sufrimiento, así que, a quién se hace daño es a sí mismo(a) quitándose la vida, pero como consecuencia de la separación abrupta lastima al sistema familiar. Además, decidir sobre su muerte y no dejarlo al destino o “en manos de Dios” es un actuar que fue percibido por las familias participantes de manera negativa, por eso, creen que hay una necesidad inherente de perdonar a quien los(as) lastimó. Por todo esto, algunos de los sistemas participantes no han podido comprender que la persona fallecida nunca realizó el suicidio con intención de lastimarles, por lo cual, no existe ningún acto que deba ser perdonado. Aunque, hay que recalcar que este actuar se ha presentado de manera ambivalente en todas las familias participantes, ya que, se han sentido en la obligación

de perdonar la decisión tomada por el ser querido(a); dicha acción en muchas ocasiones se ve permeada por la presión social de que debe presentarse en el proceso de duelo y sí esto no sucede en los sistemas pueden llegar a sentirse culpables y ser mal vistos ante los demás. Dicha situación lleva a que algunas familias expresen con tranquilidad y orgullo que han perdonado a la persona fallecida para desvanecer la culpa y convencerse a sí mismos y a los otros(as) de que lo han hecho, aunque esto solo es una ilusión porque viven en una realidad donde hay una obligación latente de disculpar al fallecido(a) cuando realmente es un acto que por sí mismo no amerita disculpas.

Este sentimiento en la familia 1 se presentó con un mensaje incongruente, a esto Manuel planteó: *“Yo lo perdono porque la infancia que él tuvo no se la deseo a nadie, mucho maltrato que cuesta superar y sé que él ahora está en un lugar de paz”* (comunicación personal, 8 de marzo de 2021), por lo que esta familia cree comprender el sufrimiento que Francisco atravesó desde su niñez por los maltratos recibidos y el abuso de sustancias en el que se refugió cuando creció, todo esto lo llevó a tener episodios de tristeza profunda, trayendo consigo ideaciones suicidas. Pero, esto no significa que hayan aceptado la decisión que tomó de quitarse la vida como Tato lo indicó: *“(…) Este es un sentimiento que lo he trabajado de hace muchas veces, pero en el fondo de mi corazón siento que no lo he perdonado y eso duele porque no lo dejo estar en paz. Nos hizo tanto sufrir que es tan difícil perdonarlo, aunque sepamos que él está bien donde esté no sabría decirles si lo he perdonaré alguna vez”* (comunicación personal, 8 de marzo de 2021), porque la decisión de Francisco ocasionó daños en el sistema a nivel emocional, vincular y en las dinámicas, lo que los obligó a trabajar sobre el malestar familiar que él ocasionó y los colocó en una nueva crisis que les provocó dolor por haber perdido el vínculo. Esto generó en el sistema un desequilibrio en el que tuvieron que recurrir a herramientas, estrategias y mecanismos desconocidos que les ha complicado la transformación en el grupo para obtener una nueva homeostasis; dicho desequilibrio ha causado problemas a nivel familiar y el impacto de los mismos se han tornado más visible en las dinámicas.

El perdón está presente constantemente en la familia 2, ya que, se responsabilizan a sí mismos de la muerte de Tif, como MQ refirió: *“(…) pedirle perdón por si en algún momento llegué a ser parte de esa chispa que hizo que se encendiera lo que ella sentía, o sea tal vez las depresiones o como ella se sentía (...) o sea que ella me perdonara”* (comunicación personal, 4 de mayo de 2021) y Mauricio añadió *“(…) o sea mi hermano es uno que siempre me dice “hay que perdonar lo que hizo Tif” “hay que perdonarla Mauricio, hay que perdonarla” (...)”* (comunicación personal, 9 de marzo de 2021). Entonces, por la idealización que tienen sobre

ella, se les ha dificultado entender cómo pudo quitarse la vida siendo una persona impecable, llevándolos a sentir que no pueden perdonar el acto por percibir que fue un fallo de Tif influenciado por el entorno. Por lo tanto, el sistema se ha instaurado en una dinámica en la cual se cree firmemente que es a ellos o a los demás a quienes se les necesita otorgar el perdón por el suicidio.

En el caso de la familia 3, esta acción se vivió de manera distinta en cada subsistema, en el parental se vio presente el primer axioma de la comunicación de Watzlawick (2014) quien expone que aunque las personas lo intenten, nunca dejan de comunicarse, al tener en cuenta que las palabras o el silencio, el dinamismo o la pasividad siempre contienen un valor y un mensaje en la comunicación; por lo cual, con respecto al perdón no se emitió ninguna opinión sobre la decisión de Chelito por haberse suicidado, a lo que se podría inferir que no se experimentó, pero, el no haber emitido ningún criterio sobre esto podría evidenciar que incluso aunque la decisión les ocasionó un dolor profundo, entendieron que no hay nada en el acto que deban perdonar, porque consideran que las circunstancias a su alrededor fueron las que le generaron un sufrimiento con el que Chelito no podía lidiar y que lo impulsaron a que acabara con su vida, sin que esto representara un ataque para ellos(as), sino, que se percibe como una decisión personal. Mientras que, en el subsistema fraternal se manifestó de manera fraccionada, por un lado, Plimplim canalizó el perdón hacia la persona que considera como el mayor detonante de que Chelito tomara la decisión, ella misma planteó que en el proceso lo ha sentido: *“Cuando puedo ver a la ex y no sentir nada”* (comunicación personal 11 de marzo de 2021), pero al mismo tiempo, Gemelos indicó que el perdón lo ha dirigido: *“Por su decisión”* (comunicación personal, 11 de marzo de 2021) denotando en que él es el único responsable de su suicidio, acción que la lastimó al percibirlo como un ataque indirecto hacia ella y a su familia. La ambivalencia presentada a nivel familiar con respecto al perdón, ha impactado en un punto de convergencia que suscitó inestabilidad en el sistema, sin embargo, por las pautas transaccionales presentes lograron elaborar el duelo en conjunto al reafirmar el sentimiento de pertenencia al nuevo sistema y en aceptar el comienzo de una nueva etapa familiar.

En la familia 4, como en las otras, responsabilizan a personas fuera del sistema del acto consumado, en este caso recae dicha carga en Negro, pues, sintieron que habían sido traicionadas por las diferentes situaciones en las que ella lastimó a Morado. De manera que, por los límites difusos presente en esta familia, los miembros han sentido la necesidad de perdonar la deslealtad percibida de Negro por las acciones dirigidas a su padre, como Corazón lo mencionó: *“(…) la ex esposa de mi papá sí sentí en un algún momento que la perdoné”*

(comunicación persona, 20 de abril de 2021); porque percibieron ciertos hechos como ataques directos al sistema, imposibilitando visualizar que no fueron dirigidos hacia la familia, sino hacia Morado, y fue a él a quién perjudicó, siendo él la única persona que realmente debía perdonar el daño realizado. Por ende, esta no es una situación que al sistema le corresponda disculpar, no obstante, en la amalgama familiar se complica observar con claridad el panorama por las dinámicas en que se rigen de poca diferenciación entre sus integrantes.

4.3.13. Alivio

El alivio, desde la posición de Porto y Gardey (2015) es el proceso de aliviarse de una carga y en muchas ocasiones se encuentra íntimamente relacionado a un dolor emocional o físico. Así pues, como plantean estos mismos autores este sentimiento también puede ser vinculado con disipar sentimientos negativos que afligen a las personas, sin embargo, no se considera que deba estar presente en el proceso de duelo, pero tampoco se dejó de lado la posibilidad de que dicho sentimiento pudo aparecer en algunas familias.

En las familias participantes se manifestó de dos maneras, la primera implicó la resignificación de las emociones conflictivas y dolorosas por una sensación de tranquilidad que se dio en los sistemas al superar la pérdida, mitigando el sufrimiento que se adjudicaron desde el suicidio. Esto les permitió avanzar en el proceso y vivir desde una nueva realidad donde se restableció la nueva estructura y metas a nivel individual y familiar. La segunda forma, envuelve a la negación que se ha mantenido con el paso de los años, acción que ha traído una falsa y pasajera percepción de serenidad al sistema, pues, no se trabaja sobre la elaboración de los sentimientos que afligen a la familia, sino que se evade lo que se experimenta, intentando así continuar sin que el duelo obstaculice el diario vivir. Esta última sucede en algunos sistemas sin percibir que se encuentran estancados en el proceso, por ende, no dan cabida a la transformación que trae el evento ni tranquilidad sobre la situación vivida.

El alivio en la familia 1, ha sido un sentimiento manifestado con una mayor carga al presentarse de manera ambivalente, en vista de que, el acto concretado por Francisco no los hace sentirse felices ni orgullosos como familia, pero esta emoción está latente en sus dinámicas por la paz que trajo la muerte al sistema, como Manuel lo señaló: *“Realmente la familia sintió un gran alivio por el motivo de que ya a lo último teníamos que cuidarlo todas las noches bastante tiempo con el miedo que lo hiciera pero al final logró su objetivo”* (comunicación personal, 8 de marzo de 2021). Por lo tanto, dicha emoción se ha enfocado en la ausencia de los problemas que trajo una liberación al sistema pese al dolor que conllevó la pérdida.

En la familia 2, este sentimiento lo utilizan como un medio de sobrevivencia ante la intensidad con la que experimentan la aflicción por la muerte, dado que, como MQ recalcó, este sentimiento surge al: *“Aceptar que -Tif- ya no siente dolor”* (comunicación personal, 9 de marzo de 2021), esto ha sido esencial dentro de la familia por el papel central que Tif cumplía y la preocupación que les generaba el sufrimiento que padecía. De ese modo, debido al papel que ella ejercía, crear escenarios donde ya no vive con dolor y está en paz es menos agresivo que confrontar la realidad en la que el vínculo relacional con la fallecida no existe. Todo esto le ha permitido al sistema traer al presente los recuerdos sobre los momentos de disfrute que tuvieron con ella apaciguando el impacto de las demás emociones que conlleva el proceso de duelo que ha dado espacio a un alivio momentáneo y los ha protegido de la realidad.

Como se ha mencionado a lo largo del análisis, el luto de la familia 3 se vio influido en gran parte por elementos religiosos, por lo tanto, haber cumplido los mandatos que la iglesia católica demanda para con los feligreses cuando experimentan el fallecimiento de un ser querido fue una razón para que esta familia se sintiera aliviada, visto que Mari menciona que el alivio se presentó: *“Cuando le di santa sepultura”* (comunicación personal, 10 de marzo de 2021). Desde otra perspectiva, a pesar de que la causa de muerte por sí misma es complicada de resignificar por todas las creencias que rodea a la muerte por suicidio, el sistema logró hacerlo, en razón de, los mecanismos autorregulatorios con los que esta familia cuenta. Esta transformación dio cabida al alivio, al pensar que Chelito se encuentra en “el cielo” sitio de paz, aspecto que permitió el avance en el duelo por el bienestar que les provoca imaginar este escenario.

En la familia 4, el alivio se manifestó porque sienten que actualmente pueden ayudar a otras personas que atraviesan un suicidio como lo explicó Corazón: *“(…) buscándole algo positivo a la situación a raíz de cómo poder ayudar a más personas (...)”* (comunicación personal, 20 de abril de 2021). Además, el alivio lo manifiestan porque trabajaron en entender que ellas no eran responsables de la muerte de Morado como Pizza lo expresó: *“Cada vez que recordaba que no era mi culpa”* (comunicación personal, 11 de marzo de 2021). Este sentimiento aparece en este sistema por los procesos psicoterapéuticos que tuvo la familia, lo cual les ayudó a obtener perspectivas positivas del evento como se abordó en la subcategoría 4.2.7. nombrada: “Aprendizajes de las familias a raíz de la pérdida”, pues, se denota que el sistema comprendió que no hubo responsables del acto y que, por el contrario, se piensa que de manera indirecta por la terapia entendieron que podrían ayudar a otras personas que atraviesan la misma aflicción que ellas sobrellevaron.

4.3.14. Mandatos sociales en la expresividad de las emociones

En los sistemas familiares existe el clima emocional en el que se negocian los niveles de expresividad de los sentimientos, no obstante, en este se dan una serie de procesos que no son homogéneos a nivel grupal y la familia al pertenecer también a otros macrosistemas se encuentra atravesada por diferentes pautas culturales y sociales que en muchas ocasiones son impuestas a las personas durante su crianza, estas implican aspectos relacionados con el género y el modo en que se considera correcta la expresividad de las emociones. Con respecto a esto, García (2012) indica que, a todos los integrantes de la familia les afecta la muerte del ser querido, convirtiéndose en una tarea compleja de comprender, apoyar y tolerar las emociones dentro del sistema, porque implica quebrantar normas sociales que han sido instauradas dentro de las dinámicas familiares y que se han impuesto a algunos miembros, sobre todo a los varones.

Asimismo, en las familias la expresividad de algunas emociones se vio permeada por las condiciones sociales en que se les cataloga como “malas” o inapropiadas de exteriorizar, provocando que se tengan ciertos límites a nivel social, los cuales son trasladados a los contextos familiares, donde se pueden transformar en restricciones implícitas en las dinámicas y esto puede implicar conflictos que obstaculizan el proceso de duelo. Así, al existir una represión sentimental por algunos integrantes de las familias participantes, trajo como resultado un estancamiento en el duelo, en el que se ha prolongado el desequilibrio, porque desconocen lo que cada integrante está viviendo en su estado emocional y, por ende, como sistemas familiares no pueden trabajar sobre ello.

A lo que, García (2012) propone que habitualmente a los hombres se les ha enseñado desde pequeños ciertas pautas sociales, las cuales plantean que ellos no deberían expresar sus sentimientos, en mayor medida el dolor y la tristeza, por lo contrario, a las mujeres se les ha educado a que deben expresar algunas emociones constantemente. Así como Tuto afirmó: *“Toda la vida desde pequeño. Desde que estaba en la escuela por situaciones, que tal vez algo decía y lo decía digamos en secreto y rápido se daban cuenta todos mis compañeros y compañeras entonces dije alto aquí mejor calladito más bonito. Y diay me crie así y ahí sigo creciendo. Entonces no he podido ser expresivo, que, si tengo la virtud, cualidad, de escuchar a quien sea de lo que sea y sin necesidad de que me digan “no le cuente a nadie” no lo cuento, y aunque me digan puede contarlo no tengo por qué (...)”* (comunicación personal, 10 de marzo de 2021). Esta expresividad que es permeada por ciertas normas sociales también influyó en su proceso de duelo por suicidio, puesto que, a pesar de que muchos autores plantean el

sufrimiento que conlleva este tipo de muerte, se observó poca expresión de los sentimientos por parte de la mayoría de los hombres y pese a que reconocieron que se afligieron profundamente por la pérdida, en su diario vivir no lo han podido demostrar en su entorno familiar, así como MQ (familia 2) aclaró: *“No suelo expresar cuando me duele o me entristece algo. O al menos no me siento cómodo, o sea como por no molestar a la otra persona”* (comunicación personal, 9 de marzo de 2021), Tuto (familia 3) argumentó: *“(…) no soy expresivo entonces yo me trago todo y no soy de estar llorando (…)”* (comunicación personal, 10 de marzo de 2021) y finalmente Manuel (familia 1) destacó: *“Desde mi perspectiva depende de con quién se converse, así se hablan los temores”* (comunicación personal, 8 de marzo de 2021), es decir, este último participante hace alusión a que no se siente cómodo exteriorizando sus emociones con todas las personas, ya que, se piensa que se puede sentir juzgado por lo demás.

Además, algunas mujeres participantes narraron que la manifestación de algunas emociones es reprimida para ellos como Plimplim (familia 3) lo indicó: *“(…) al fin y al cabo uno sabe que está sufriendo y que no lo puede expresar entonces es como difícil por así decirlo. Entonces yo digo “que mal” porque digamos a papi yo creo que muy pocas veces lo he visto llorar. Para mí llorar es desahogarse un montón y como que yo me siento más liviana. Entonces pues tiene que ver mucho en la forma en que papi dice de la crianza, de toda su vida, de la expresión de sentimientos hasta pues el mismo machismo como tal porque di papi venía de una familia bastante grande (….) pero al fin y al cabo es él el que se lo traga más solito”* (comunicación personal, 10 de marzo de 2021) y Vanessa (familia 1) aludió: *“(…) Manuel (….) él es muy reservado, a pesar de que él y yo somos muy abiertos en muchas cosas, él a veces no expresa, es que no se si lo expresa pero es como “sí me siento culpable” pero puede que haya algo más interno y no me diga (….)”* (comunicación personal, 8 de marzo de 2021). En cambio, las mujeres presentaron más libertad de expresión, tanto de forma verbal como en las respuestas emocionales dadas en las entrevistas, como el llanto.

Asimismo, como parte del sistema de creencias sociales entorno a los sentimientos se denota que se han establecido relaciones directas con conductas específicas hacia ciertas emociones, en vista de que el llanto ha sido interpretado como el único medio sanador y la manera exclusiva con la que se debe asociar el dolor, desvalidando otras formas personales de expresión que cada miembro ha adoptado en función de su personalidad y percepción, porque somos producto de un conjunto de pautas, valores, creencias, que hacen que cada persona piense, sienta y externalice de maneras distintas. Tal que, en la familia 3 se ha entendido la

escasa presencia del llanto como una problemática, al visualizarlo como un impedimento para transmitir y asimilar los sentimientos dolorosos producto de la muerte, tal como Gemelos argumentó: *“A mí me encantaría ver a papi llorar, porque para mí también llorar libera el alma verdad (...)”* (comunicación personal, 10 de marzo de 2021), lo cual representa para la familia una obstaculización en mejorar la salud mental, situación que ha dificultado la comprensión de la existencia de otros modos de expresividad bajo los que se pueda llevar a cabo el desahogo, así como Plimplim lo ejemplificó: *“(...) a pesar de todo papi tiene una forma muy fácil de expresarlo porque papi abraza mucho entonces vos lo podés sentir como con un abrazo, vos lo podés sentir. Entonces yo digo si fuera así como con llorar sería como soltar una represa”* (comunicación personal, 10 de marzo de 2021). A pesar de lo expuesto por Plimplim, esta familia se sigue aferrando a la idea de que su padre debe llorar para externalizar el dolor, en especial por la muerte de Chelito, sin aceptar que Tuto tiene otras formas de manifestar sus emociones.

Capítulo V: Conclusiones y Recomendaciones

5.1. Conclusiones

El objetivo de esta investigación fue analizar el proceso de duelo familiar que han experimentado cuatro familias por la pérdida de uno de sus miembros por suicidio, que residen en la Gran Área Metropolitana de Costa Rica desde la Psicología Sistémica Estructural. Por lo cual, las familias con las que se trabajó residen en la provincia de Cartago y San José, se contó con la presencia de dos a cuatro miembros por cada una, las cuales tenían más de dos años de haber atravesado la pérdida. El análisis de la información se realizó por medio del enfoque cualitativo con un diseño hermenéutico. Ahora bien, los sistemas con los que se trabajó mostraron límites difusos, rígidos y flexibles de los cuales partieron las pautas transaccionales de alianzas, tríadas, coaliciones, pautas comunicacionales propias de cada dinámica familiar, rivalidades entre hermanos(as), respeto de los espacios personales, empatía y solidaridad entre sí, rotación de funciones, aglomeración, sostén entre los miembros y pautas sociales de género y violencia. En cada una de las familias participantes se encontraron diferentes pautas de expresividad de los sentimientos que están íntimamente relacionadas con los límites que cada una posee. Cabe mencionar que los miembros de las familias que tuvieron apoyo profesional demostraron menores dificultades para entender aspectos específicos del proceso de duelo y a

lidar con mayor facilidad la crisis a la que se encontraron expuestos, ayudándoles a atravesar la crisis con menores inconvenientes y recuperando así el bienestar familiar.

Por su parte, para las familias participantes el amor y la unión de dicha agrupación han sido indispensables en el diario vivir, por ello, en el proceso de duelo se denotó que esta agrupación ha sido fundamental para sobrellevar en conjunto la crisis que atravesaron, pues, es en quienes han encontrado refugio, esperanza de vida y bienestar con el paso del tiempo. Además, los espacios en familia para recordar al ser querido desde una nueva realidad y los componentes que brindan las relaciones creadas sanamente en los sistemas, han sido factores esenciales para la etapa de sobrevivencia que han atravesado.

En cuanto a lo vivido por las familias, los sentimientos, pensamientos y experiencias son factores en común sin importar la forma en que la persona decidió suicidarse, puesto que, vivir un duelo por este tipo de muerte es un evento que genera un impacto significativo y conmociona al sistema independientemente de las estructuras que posea cada una, no obstante, se determinó que estas influyen en la resolución del duelo facilitándolo o complejizándolo, porque depende de cómo están constituidas las familias y las pautas de interacción entre sus miembros, así será la manera en que se buscará el equilibrio del sistema. Por tal motivo, de las familias con las que se trabajó, la única con límites flexibles, y rotación en las funciones de los integrantes, demostró haber tenido una asimilación menos compleja al lidiar con la pérdida, a pesar de que esta es una huella imborrable en la historia familiar, no permitieron que esto determinara sus vidas. Tal situación fue dada, visto que, la familia cuenta con factores protectores producto de la estructura y las relaciones de armonía dentro de ella, que facilitaron la manera de sobrellevar el duelo, de construir una nueva forma de vincularse con el ser querido. Así, aún siguen extrañando al ser querido y lo recuerdan con nostalgia, pero, los sentimientos de dolor, temor, ira, miedo, vergüenza, perdón culpa y tristeza los han resignificado, dando cabida a la alegría, admiración, gratitud y al alivio, aceptando no solamente la pérdida sino la nueva estructura familiar que se dio a partir de esta circunstancia. Mientras que, para las otras familias con límites rígidos o difusos se ha tornado con mayor complejidad resignificar los sentimientos con respecto a la muerte dada la estructura de cada una, manifestando que, pese a los años transcurridos siguen afligidas por el evento vivido, extreman su dolor por creer que la alegría murió con la persona y que no la tendrán de vuelta. Estas familias han adoptado la negación como mecanismo de autorregulación ante lo vivido por las siguientes razones: idealización hacia el/la fallecido(a), no aceptar la pérdida y la verdadera causa de muerte. En el caso de la familia con límites rígidos, se presentó una respuesta adaptativa distinta a las

demás, puesto que, tras los conflictos presentados en el sistema, vivieron esta etapa de duelo familiar enfocándose en mejorar el clima emocional, la comunicación y unión entre los integrantes, dejando de lado las dinámicas hostiles que implicaban violencia y alcoholismo que han consumido al sistema por varios años.

Cabe mencionar que los duelos de las familias participantes no pueden ser homogeneizados, puesto que, no tuvieron la misma experiencia porque estos contuvieron una carga emocional y relacional distinta dentro de cada sistema. A esto se añadió, que algunas de las familias contaron con algún tipo de contención emocional que les ayudó a sobrellevar el duelo con menores complicaciones, a raíz de que, el acompañamiento que tuvieron por parte de terceros significó un apoyo y empatía, añadido a las herramientas brindadas de los profesionales en salud para el proceso.

Otro elemento que se encontró en el proceso de duelo de las familias es que los aspectos sociales impactaron la expresividad de las emociones, ya que, a nivel social se han construido diferentes pautas sobre la forma en que se pueden expresar los sentimientos y cuáles son los permitidos de exteriorizar según cada género, permeando así la vivencia del sistema y dificultando el avance para algunos de los integrantes del mismo.

Por otro lado, se halló que las familias participantes no han vivido otros duelos con la misma magnitud que este, pero, que el evento les brindó herramientas y estrategias para enfrentar otras pérdidas o crisis familiares desde una posición con mayor empatía, unión y concientización. Esto sucedió por lo inesperada y traumática que llegó a ser esta muerte, encontrándose en las familias una serie de consecuencias como: ataques de ansiedad, depresión, consumo de psicotrópicos, deseos de morir, cambios drásticos de emociones y profundo temor por una reincidencia de suicidio en el sistema.

A partir de la revisión bibliográfica y del discurso de las familias participantes, se concluye que a nivel nacional son una población invisibilizada, dado que, a nivel institucional no hay ningún tipo de ayuda, no se les toma en cuenta en políticas públicas, campañas, ni proyectos, provocando una desinformación masiva en la población con respecto a lo que un duelo por suicidio conlleva, situación que produce una estigmatización hacia las familias de la persona que fallece por suicidio, acrecentando el tabú sobre la temática y minimizando la magnitud del evento. Esta problemática se vio reflejada en comentarios poco empáticos y desagradables que se hacen a nivel social cuando una persona acaba con su vida, sin medir que detrás de este evento hay personas afectadas que tuvieron un vínculo afectivo con el(la)

fallecido(a), como la familia, en quienes recaen dichos comentarios e impactan de forma significativa.

Por su parte, se denotó que algunas de las familias participantes piensan que en el proceso de duelo por suicidio existe la necesidad de contención emocional por parte de líderes religiosos, amigos(as) o grupos de apoyo, lo cual no fue recibido y por el contrario, en alguna ocasión cuando buscaron ayuda se sintieron censurados(as). Esto debido a los diferentes prejuicios sociales que han generados mitos que giran en torno al suicidio llevando a que a los(as) sobrevivientes se les aisle e invisibilice, es decir, dichos estigmas sociales recaen en las familias y su proceso de duelo. Se remarcó que estos tabúes y mitos se han construido a causa del desconocimiento a nivel social de la temática, sin embargo, en este estudio se encontró que esto también se dio en los profesionales de salud y los medios de comunicación, siendo estos últimos los encargados de difundir información veraz a la población.

Además, la desinformación sobre esta problemática repercutió en el proceso de duelo de las familias participantes porque cuando sucedió la muerte no entendían el reacomodo al que se tenían que enfrentar, al cual se les sumó el desconocimiento de los sentimientos y pensamientos que se presentan, junto a las etapas características por las que debían atravesar, llevándolos a una incertidumbre que con el paso de los años en algunos de los sistemas aún se manifiestan en la cotidianidad.

Por otro lado, pese a que las familias manifestaron que entendían que el suicidio es multifactorial, es decir, no hay una única causa para que se de este acto y que la persona que fallece por suicidio vive con diferentes aflicciones y problemas que le llevan a tomar la decisión de acabar con su vida, en algunos momentos dichos sistemas se enfocaron en la idea de que el suicidio pudo ser responsabilidad de un tercero, por lo tanto, el sentimiento de culpa se presentó hacia sí mismos y los demás con mayor intensidad. Pero, esta situación se pudo manifestar por el desconocimiento sobre el tema y los sentimientos dolorosos les dificultaron comprender que no hay responsables de la muerte del ser querido, sino que son diferentes factores que convergieron y estuvieron implicados para que la persona decidiera acabar con su vida. Otro punto que permeó con la falta de información en las familias fue en la manera de comunicar la noticia de la muerte, puesto que, al existir tanto tabú y estigmas sociales alrededor del suicidio, en una de las familias se recurrió a ocultar la verdadera causa del fallecimiento, situación que podría llevar a que se den los secretos familiares que son transmitidos como pautas generacionales, los cuales se pueden repetir y traer afectaciones en los sistemas.

Un aspecto fundamental es que a pesar del dolor que conllevó la pérdida, a lo largo del proceso las familias tuvieron aprendizajes tales como valorar a los seres queridos y a la vida por sí misma porque entendieron que las personas pueden morir en cualquier momento y que la existencia del ser humano es efímera. Anudado a ello, a partir del evento las familias crearon conciencia sobre la salud mental, producto de la necesidad que tuvieron de contar con espacios seguros para ser escuchados desde una posición empática, por lo que, actualmente agradecen cualquier tipo de oportunidad en el que se les toma en cuenta como las entrevistas elaboradas para este trabajo, que fueron únicamente investigativas, donde sintieron la libertad de compartir lo que atravesaron en el duelo y de escuchar las vivencias de otras familias sobre el evento, lo cual les brindó un acompañamiento en medio de lo que sobrellevan. Debido a la carencia de espacios para la elaboración del duelo por suicidio y a la conciencia que crearon las familias participantes en cuanto a la salud mental, han tenido la iniciativa de educarse y ayudar a otras personas que presenten complicaciones emocionales o a otros sistemas que estén atravesando este tipo de duelo.

Por último, un elemento que se debe recalcar es la mayor limitante que se presentó en la realización de esta investigación, puesto que, en consecuencia de la situación que se vive a nivel mundial por la pandemia de la COVID-19 se encontró afectada de manera directa la recolección de datos y se llevó a cabo de forma virtual lo cual se consideró inapropiado por tratarse de un tema tan delicado de abordar, que trajo como resultado un acompañamiento impersonal y distante con algunas barreras para la contención emocional en los momentos que fue requerido.

5.2. Recomendaciones

A partir de lo encontrado en este trabajo, se establecen diferentes líneas de acción y participación para que distintas instituciones, familias afectadas y las investigadoras de esta tesis puedan actuar con dichas recomendaciones y que sin duda serán de ayuda para construir un país con mayor conciencia e información de lo que implica un proceso de duelo por suicidio. Las propuestas brindadas a cada uno son:

- Escuela de Psicología de la Universidad Nacional:
 - Crear alianzas con instancias de salud privadas y públicas para que se den capacitaciones a los(as) profesionales con proyectos que aborden la depresión,

ansiedad y otras afectaciones de la salud mental que pueden perjudicar a la población en general. Además de que, se insta a dichas instituciones a prestar mayor atención y abrir espacios de ayuda para las familias que atraviesan un duelo por suicidio, es decir, que se piense en la postvención como lo que es, una estrategia focalizada de prevención del suicidio, orientada a un sector que ya ha sido identificado de mayor riesgo, todo esto para evitar una posible reincidencia en otro por las complejidades que este evento trae.

- Incentivar a los(as) estudiantes en el abordaje de esta temática con la construcción de planes informativos y de contingencia en diferentes comunidades para que se pueda brindar apoyo y no se siga etiquetando a las familias afectadas, brindándoles acompañamiento para que el proceso se pueda tornar menos complicado de dilucidar. Algunos de los cursos en los que estas prácticas se pueden realizar son: Práctica Profesional Supervisada, Psicología Comunitaria, Diseño, Gestión y Evaluación de Proyectos, Salud Colectiva y Modelos de Intervención en Procesos Grupales.
- Incluir el tema del duelo por suicidio en los programas de los cursos: Psicología de la Salud: dimensiones teórico-metodológicas, Psicología Social, Psicología de la Familia, Psicología Grupal; con el enfoque que le corresponde a cada uno para un mayor alcance en la comprensión de esta situación en los futuros(as) profesionales, debido a que, es un fenómeno con elementos complejos de sobrellevar y que se ha acrecentado a nivel nacional.
- Incitar el desarrollo de investigaciones sobre esta temática en los ámbitos de salud, social, de intervención y educativos, dada la escasa información y participación de los profesionales en este tipo de problemática.
- Colegio de Profesionales en Psicología:
 - Sensibilizar a nivel social sobre las familias que atraviesan un proceso de duelo por suicidio, ya que, generalmente existen espacios de prevención e intervención en los que se aborda a la población costarricense y a quienes han tenido conductas suicidas, pero, se ha invisibilizado a las familias cuando el acto se concreta. De este modo, se insta a crear campañas, proyectos, talleres, afiches, propiciar espacios públicos de diálogo y puestos informativos a lo largo y ancho del país con el fin de generar conciencia en la población sobre el duelo por suicidio, los sentimientos, pensamientos por los cuales atraviesan los sistemas

afectados y que pueden conllevar ante conductas de riesgo para la salud de los sobrevivientes. Para que con el pasar del tiempo dichas acciones puedan ir mitigando los estigmas sociales que han construido el tabú que rodea esta temática y que los ciudadanos en general puedan ser de apoyo para estas personas afligidas desde una posición empática y con información que les dé la capacidad de entender y ayudarles.

- Establecer alianzas con las instancias religiosas para concientizar a los encargados en cuanto a esta situación para que no se desvalorice, ni rechace a las familias cuando acudan a ellos por las creencias religiosas que se promulgan sobre el suicidio, puesto que, para los(as) creyentes el apoyo de las personas asociadas a la religión es de gran importancia, más aún por parte de los sacerdotes que son vistos como los representantes de Dios en la tierra y quienes poseen mayor sabiduría de lo que él profesa y sus mandatos. Por ende, el soporte de ellos podría generar tranquilidad y esperanzas ante lo vivido para las familias. Asimismo, para que posean un manejo básico del tema y sean capaces de contener a dicha población desde una posición más empática y con herramientas que puedan contribuir a mejorar el estado emocional en ese momento de las personas afectadas que requieren la ayuda. Y finalmente, que cuenten con la información de diferentes profesionales, instancias y grupos de ayuda a los cuales puedan referir a dichas familias.
- Colegio de Periodistas de Costa Rica y periodistas en general:
 - Proponer que las muertes por suicidio no sean publicadas en los medios de comunicación porque son un hecho privado y personal tanto de la persona fallecida como de sus familiares y allegados(as) como para que se vuelva un acontecimiento público a nivel nacional. En caso de tener que publicarse la noticia que se haga desde una posición empática y ética, además, que los datos y la manera en que se difundan los mismos sean verídicos y con delimitaciones porque esto transgrede los espacios personales de los afligidos. Por lo tanto, se hace un llamado a que en las publicaciones sobre suicidio sigan los lineamientos señalados por la OMS y tomar en cuenta el Efecto Werther y el Efecto Papageno que pueden generar la divulgación de noticias impactantes, siendo el suicidio parte de estas.

- Escuela de Psicología de la Universidad Nacional, el Colegio de Profesionales en Psicología y profesionales en el área de la salud:
 - Fundar grupos de apoyo en diferentes partes del país para las familias que han sufrido una pérdida por suicidio y deseen participar. En los cuales se propicie la libertad de expresión de los pensamientos y sentimientos sin que sean juzgados por los(as) demás, con un sentido de acompañamiento y pertenencia en sus integrantes por la comprensión que se pueden brindar entre sí. Para dichos grupos se presentan las siguientes sugerencias de cómo llevarlos a cabo:
 - Que el tema principal no sea el evento como tal, sino más bien el proceso que están viviendo, puesto que, las familias no deben ser reducidas al suicidio que concretó el ser querido porque les genera un gran dolor y no les ayuda a avanzar en el proceso, por lo contrario, ellos(as) necesitan desahogar lo que han experimentado y lo que a nivel familiar viven.
 - Que el espacio tenga regularidad y constancia en las sesiones con los subgrupos formados a lo largo del año, ya que, esto les ayudaría a tener un control y avance en el proceso, mientras que, si los lapsos de las sesiones son muy distantes unas de otras no generan mayor impacto, posibilitando estancamientos.
 - Que se trabajen en subgrupos cerrados donde los que ya pertenecen a un grupo y quienes desean integrarse en alguno sean ubicados en espacios distintos para evitar nuevas complicaciones en el duelo que se están intentando resolver y así no revictimizar a las familias con mayor tiempo de pertenencia en el grupo. Sin descartar la idea de compartir esporádicamente entre subgrupos, pero que esto no sea persistente.
 - Que se haga mayor publicidad por diferentes medios de las nuevas agrupaciones y las ya existentes, además, crear alianzas con diferentes instancias gubernamentales y no gubernamentales para que puedan brindar apoyo económico y así tengan mayores recursos para llevar a cabo los espacios de forma adecuada.
 - Que los espacios que se abran sean en diferentes partes del país para que tengan una mayor accesibilidad para las familias que no pertenecen a la GAM.

- Que los espacios sean de manera presencial por el tipo de contención que el terapeuta o los mismos miembros del grupo pueden brindar en las sesiones en situaciones de crisis que se puedan presentar, pues, la manera de ser abordados es mejor con el contacto físico mientras que de forma virtual se podría perder la contención que la presencialidad brinda.
 - Que los grupos sean dirigidos por psicólogos(as) que conozcan del tema, tengan las herramientas y estrategias necesarias para ayudar a las familias en la elaboración del duelo y puedan sobrellevar la situación tanto de manera individual como familiar.
- Familias que atraviesan un duelo por suicidio:
 - Buscar ayuda profesional a nivel individual y familiar para afrontar la pérdida para que se pueda presentar una resolución del duelo de forma funcional.
 - Realizar a nivel familiar rituales, actividades en conjunto, tiempos de escucha, espacios de contingencia en los que exista la tolerancia, empatía y el respeto mutuo, para que les ayude a sobrellevar la pérdida, propiciando una nueva realidad familiar, en la cual, se pueda resignificar las emociones y se recuerde al ser querido(a), concientizando que este(a) ya no se encuentra de manera física.
 - Incitar que cuando estén atravesando el luto e inicien un proceso psicoterapéutico sea finalizado, esto debido a que, al dejarlos inconclusos puede traer como resultado una recaída emocional que complicaría la resolución del duelo.
 - Reconocer que es necesario no temer al dolor y a las emociones incómodas que socialmente se incitan a evadir, pues, son normales de experimentar en el proceso e indispensables de trabajar para sanar.
- Futuras investigaciones:
 - Abordar la temática con otras familias costarricenses desde distintos enfoques psicológicos y metodológicos, para ahondar con mayor profundidad la problemática, permitiendo así la creación de nuevas líneas de acción a nivel profesional en el duelo por suicidio.
 - Incluir familias fuera de la GAM dentro de los(as) participantes, para conocer las distintas realidades que han vivido al sobrellevar el duelo por suicidio en dichos contextos.

- Investigar sobre: el duelo por suicidio en los hermanos; la búsqueda en el duelo de un chivo expiatorio externo del sistema; lo que representa ser el chivo expiatorio en el proceso; las creencias religiosas, culturales y sociales sobre el suicidio, elementos que se encuentran implicados significativamente en el proceso de duelo de este tipo de muerte. Todos estos temas de investigación podrían ser de ayuda para el trabajo profesional con los sobrevivientes.

Bibliografía

- Aguilar, S., y Barroso, J. (2015). *La triangulación de datos como estrategia en investigación educativa*. *Revista de Medios y Educación* (24), 73-88.
<https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:xUj2A8aXi7UJ:https://recyt.fecyt.es/index.php/pixel/article/download/61672/37683+&cd=1&hl=es-419&ct=clnk&gl=cr&client=firefox-b-d>
- American Society of Clinical Oncology. (2018). *Duelo por la pérdida de un hijo*.
<https://www.cancer.net/es/asimilaci%C3%B3n-con-c%C3%A1ncer/manejo-de-las-emociones/duelo-y-p%C3%A9rdida/duelo-por-la-p%C3%A9rdida-de-un-hijo>
- Ancinas, P. (2011). Duelo en situaciones especiales: suicidio, desaparecidos, muerte traumática. *Revista digital de medicina psicosomática y psicoterapia*, 2 (1), 1-17.
http://www.psicociencias.com/pdf_noticias/Duelo_en_situaciones_especiales.pdf
- Andolfi, M. (1993). *Terapia Familiar*. Editorial: Paidós. https://kupdf.net/download/libro-maurizio-andolfi-terapia-familiar-un-enfoque-interaccionalpdf_59924ea1dc0d605927300d21_pdf
- Antón, J. (2019). Suicidios y familias. Ingredientes en la evolución de los procesos de duelo y líneas de intervención. *Redes*, 39, 83-96.
<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:y1hHa2C3H3wJ:redesdigital.com.mx/index.php/redes/article/download/281/6783455+&cd=1&hl=es-419&ct=clnk&gl=cr&client=firefox-b-d>

- Aranda, L. (2017). *Duelo ante muerte por suicidio: una revisión bibliográfica*. [Trabajo final para optar por el grado en psicología]. Universidad de Jaén. http://tauja.ujaen.es/bitstream/10953.1/5575/1/Aranda_Lpez_Laura_TFG_Psicologa..pdf
- Aronson, J. (1978). *La terapia familiar en la práctica clínica*. II vol. Editorial: Desclée de Brouwer, S.A.
- Arraéz, M., Calles, J., y Moreno, L. (2006). La Hermenéutica: una actividad interpretativa. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 7 (2), 171-181. <https://www.redalyc.org/pdf/410/41070212.pdf>
- Arroyo, V., y Gadea, M. (2015). *Estudio Etno-Hermenéutico de la dinámica vivencial de una familia ensamblada*. [Trabajo Especial de Grado en Orientación]. Universidad de Carabobo. <http://mriuc.bc.uc.edu.ve/bitstream/handle/123456789/2959/10234.pdf?sequence=3>
- Asociación de Centros Educativos Privados. (2021). *ACEPS Costa Rica*. <https://www.facebook.com/acepscostarica/>
- Astudillo, W., Pérez, M., Ispizua, A., y Orbegozo A. (2007). *Acompañamiento en el duelo y medicina paliativa*. Editorial: Sociedad Vasca de Cuidados Paliativos
- Attig, T. (2004). Disenfranchised grief revisited: discounting hope and love. *OMEGA*, 49 (3), 197-205. <https://sites.ualberta.ca/~jenny/PDFs/14022506.pdf>
- Baca, E., y Aroca, F. (2014). Factores de riesgo de la conducta suicida asociados a trastornos depresivos y ansiedad. *Scielo*, 37 (5), 373-380. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252014000500003

- Benítez, L. (2017). Características resilientes y maladaptativas en el proceso de duelo por suicidio en las familias. *Redes*, 36, 57-67.
<https://redesdigital.com.mx/index.php/redes/article/view/211>
- Brosnan, A. (2013). *Stigmatized Loss and Suicide*.
https://sophia.stkate.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1158&context=msw_papers
- Bolton, J., Au, W., Leslie, W., Martens, P., Enns, M., Roos, L., Katz, L., Wilcox, H., Erlangsen, A., Chateau, D., Walld, R., Spiwak, R., Seguin, M., Shear, K., y Sareen, J. (2012). Padres desconsolados por suicidio de descendencia. *Jama Psiquiatría*, 70 (2), 159-167.
- Bonilla, N., Alarcon, M., y Sánchez, G. (2016). Familia: un estado del arte en grupos de investigación de Colciencias en psicología entre 2010-2015. *Mundo Fesc*, 11, 33-47.
<https://www.fesc.edu.co/Revistas/OJS/index.php/mundofesc/article/view/80>
- Boszormenyi-nagy, I., y Framo, J. (1976). *Terapia familiar intensiva: aspectos teóricos y prácticos*. Editorial: Trillas, S. A.
- Bowen, M. (1976). *Family Reaction to Death*.
<http://www.cflarchives.org/images/FamilyReactionToDeath.pdf>
- Builes, M; Anderson, M; Ramíres, A; y Arango, B. (2014). Suicidio en mujeres gestantes: vivencias y redes de apoyo para las familias que les sobreviven. *Rev. Fac. Nac. Salud Pública*, 32(3), 332-339. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=12031816005>
- Cabodevilla, I. (2007). Las pérdidas y sus duelos. *An.Sist.Sanit.Navar*, 30 (3), 163-176.
http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272007000600012
- Camí, E. (2010). *Terapia familiar estructural*. Escola Itinere. Cooperativa EDUVIC, Barcelona.

- Campos, R; Holden, R; y Santos, S. (2017). Exposure to suicide in the family: Suicide risk and psychache in individuals who have lost a family member by suicide. *J Clin Psychol* 00, 1–11. <https://doi.org/10.1002/jclp.22518>
- Cárcamo, H. (2005). Hermenéutica y análisis cualitativo. *Cinta moebio* 23, 204-216. <https://www.moebio.uchile.cl/23/carcamo.html>
- Carmona, Z; y Bracho, C. (2008). La muerte y el duelo y el equipo de salud. *Revista Salud Pública*, 2 (2), 14-23. <https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=LA+MUERTE%2C+EL+DUELO+Y+EL+EQUIPO+DE+SALUD>
- Carvajal, M; y Moreno, M. (2016). *Revisión teórica de investigaciones relacionadas con la crisis familiar ante el duelo por suicidio, con el fin de proponer una guía psicoeducativa que apoye el desarrollo de recursos de afrontamiento*. [Tesis de grado para optar por la Licenciatura en Psicología]. Universidad Latina, San Pedro.
- Carrillo, J; y Rodríguez J. (2014). *Manejo del duelo en la familia de un suicida adolescente*. [Trabajo de investigación para optar por el diplomado en Tanatología]. Asociación Mexicana de Tanatología, A.C. <http://www.tanatologia-amtac.com/descargas/tesinas/155%20Manejo.pdf>
- Casullo, M. (2005). La capacidad de perdonar desde una perspectiva psicológica. *Revista de Psicología de la PUCP*, 23 (1), 39-63. <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/979>
- Cerel, J., Jordan, J. R., y Duberstein, P. R. (2008). The impact of suicide on the 770 family. *Crisis*, 29, 38–44. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18389644>
- Chakraborty, S; y Halder, S. (2018). Psychological Sequelae in Suicide Survivors: A Brief Overview. *Indian Journal of Social Psychiatry*, 34 (2), 105-110. <http://www.indjsp.org/article.asp?issn=0971-9962;year=2018;volume=34;issue=2;spage=105;epage=110;aulast=Chakraborty>

- Chaverra, C; Mejía, C; Figueroa, M; Álvarez, S; y Noreña, L. (2019). *Duelo y afrontamiento en personas que han perdido a su pareja por suicidio en Rionegro*. *Revista Universidad Católica Luis Amigó*, (3), 32-48.
<https://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/RULuisAmigo/article/view/3257/2493>
- Colegio de Profesionales en Psicología de Costa Rica. (21 de noviembre, 2020). *Conmemoración del Día Internacional del Sobreviviente de Pérdida por Suicidio*.
<https://psicologiacr.com/conmemoracion-del-dia-internacional-del-sobreviviente-de-perdida-por-suicidio/>
- Contrera, V. (2010). Trabajo social familiar: incorporación de la hermenéutica como posibilidad de co-transformación. *Revista Dialnet*, 12 (1), 141-163.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3650083>
- Darío. (4 de agosto, 2017). *El duelo por suicidio*. [Entrada de blog]. <http://www.apsas.org/es/el-duelo-por-suicidio/>
- Delgado, M. (2019). *Actualidad de padres que sobreviven a la pérdida de un hijo por suicidio*. [Pre Proyecto de Investigación]. Universidad de la República.
- Díaz, M. (2012). *El duelo y su proceso para superarlo*. [Tesina de Diplomado para optar por el diplomado en Tanatología]. Asociación Mexicana de Tanatología, A.C.
<http://www.tanatologia-amtac.com/descargas/tesinas/64%20El%20duelo%20y%20su%20proceso.pdf>
- Díaz, V; Molina, A; y Marín, M. (2015). Las pérdidas y los duelos en personas afectadas por el desplazamiento forzado. *Revista pensamiento psicológico*, 13, (1), 65-80.
<https://www.redalyc.org/pdf/801/80140030005.pdf>
- Domínguez, D. (2018). *Duelo complicado por suicidio: efectividad del tratamiento de duelo basado en la terapia de aceptación y compromiso (ACT)*. [Tesis para optar por el grado de maestría en Investigación en Psicología]. Universidad Autónoma de Aguascalientes.

<http://bdigital.dgse.uaa.mx:8080/xmlui/bitstream/handle/11317/1636/434347.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Dyregrov, K; Dieserud, G; Hjelmeland, H; Straiton, M; Rasmussen, M; Knizek, B; y Leenaars, A. (2011). Meaning-Making Through Psychological Autopsy Interviews: The Value of Participating in Qualitative Research for Those Bereaved by Suici. *Death Studies*, 35 (8), 685-710. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24501818/>

Erazo, L; y Acosta, M. (2018). *Rememorar más allá del dolor: construcción de narrativas frente al proceso de duelo en situaciones de desaparición forzada*. [Trabajo de grado para optar el título de Psicología]. Universidad de Santo Tomás. <https://repository.usta.edu.co/handle/11634/15472>

Espinal, I; Gimeno, A; y González, F. (2006) *El enfoque sistémico en los estudios sobre la familia*. <https://www.uv.es/jugar2/Enfoque%20Sistematico.pdf>

Flores, E. (2017). *Asentimiento informado de menores e incapaces*. <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/9/4445/7.pdf>

Flores, F; Ruiz, R; y Cadena, H. (2020). Tipos de duelo por pérdidas asociadas al suicidio infantil a través del cuestionario de texas adaptado. *Cuadernos de crisis*, 19 (1), 7-19. http://www.cuadernosdecrisis.com/docs/2020/numero19vol1_2020_duelo_suicidio_infantil.pdf

Fuentes, M. (2002). Paradigmas en la investigación científica: fundamentos epistemológicos, ontológicos, metodológicos y axiológicos http://www.quadernsdigitals.net/datos_web/hemeroteca/r_1/nr_19/a_261/261.htm

Franco, C. (2015). *La muerte: una visión fenomenológica hermenéutica desde una perspectiva familiar en pacientes críticos*. [Título de especialista en medicina crítica]. Universidad de Carabobo. <http://mriuc.bc.uc.edu.ve/bitstream/handle/123456789/2185/Cfranco.pdf?sequence=1>

- García, A. (2012). La pérdida y el duelo. Una experiencia compartida. Editorial: Bubok Publishing S.L.
- García, V; Grau, J; e Infante, O. (2013). Duelo y proceso de salud-enfermedad en la Atención Primaria de Salud como escenario para su atención. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 30 (1), 121-131. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252014000100012
- García, V; y Pérez, C. (2012). Duelo ante muerte por suicidio. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 12 (2), 265-274. <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/67/68>
- Garciandía, J. (2013). Familia, suicidio y duelo. *Revista Colombiana de psiquiatría*, 43, (s.1), 1-84. <http://www.elsevier.es/es-revista-revista-colombiana-psiquiatria-379-articulo-familia-suicidio-duelo-S0034745014000109>
- Gilbert, K. (1996). "We've had the same loss, why don't we have the same grief?". Loss and differential grief in families. *Death Studies*, 20 (3), 269-283. https://www.researchgate.net/publication/247511783_We've_had_the_same_loss_why_don't_we_have_the_same_grief_loss_and_differential_grief_in_families
- Gómez, R. (2017). Proceso de duelo: metaanálisis del enfrentamiento a la muerte suicida desde una perspectiva familiar. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 17 (1), 47-64. <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:5xvcZVa4FfsJ:https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6203594.pdf+&cd=2&hl=es-419&ct=clnk&gl=cr&client=firefox-b-d>
- González, J. (2007). *La familia como sistema*. <https://vdocuments.site/4-la-familia-como-sistema.html>
- González, C., Arana, D., y Jiménez., J. (2008). Problemática suicida en adolescentes y el contexto escolar: Vinculación autogestiva con los servicios de salud mental. *Salud*

mental, 31(1), 23-27. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=16275>

Guang, E. (2000). *Terapia de Familia*. <https://es.scribd.com/document/225224632/Terapia-de-Familia>

Hanschmidt, F., Lehnig F., Riedel-Heller, SG., y Kersting, A. (2016). *The Stigma of Suicide Survivorship and Related Consequences-A Systematic Review*. https://www.researchgate.net/publication/308523458_The_Stigma_of_Suicide_Survivorship_and_Related_Consequences-A_Systematic_Review

Hernández, R., Fernández, C., y Batista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. México D.F: McGraw-Hill/Interamericana Editores, S.A. de C.V.

Higuera, M. (2009). *Consentimiento informado e intervención fonoaudiológica. Del consentimiento al compromiso*. <https://www.redalyc.org/pdf/836/83612138007.pdf>

Hochschild, A. (1985). *The Managed Heart. Commercialization of Human Feeling*. Editorial: The Regents of the University of California.

Hoffman, L. (1987). *Fundamentos de la terapia familiar*. Editorial: Fondo de cultura económica, S.A.

Ibarra, E. (2018). *Familia, suicidio y duelo*. <https://es.scribd.com/document/385833316/El-suicidio-y-su-efecto-en-la-familia-Ensayo-docx>

Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2019). *Social 13 Costa Rica: Suicidios atendidos por el Organismo de Investigación Judicial según provincia donde ocurrió el hecho 2017-2019*. <https://www.inec.cr/documento/social-13-costa-rica-suicidios-atendidos-por-el-organismo-de-investigacion-judicial-segun>

- Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2021). *Defunciones 2020, el impacto de la enfermedad COVID-19. Datos preliminares*. <https://inec.cr/documento/estadisticas-vitales-defunciones-2020-el-impacto-de-la-enfermedad-covid-19-datos>
- Jaso, X. (2019). *Girasoles ante la muerte decidida. La gestión del duelo por suicidio desde las practicas asociativas no institucionales*. [Trabajo para optar por el grado de Máster]. http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:master-Filosofia-IA-Xjaso/Jaso_Xabier_TFM.pdf
- Jordan, J.R. (2008). *Bereavement after Suicide*. *Psychiatric Annals*, 38(10), 679-685. http://johnjordanphd.com/pdf/pub/Jordan_Bereavment%20.pdf
- Krueger, R. A. (1991). *El grupo de discusión. Guía Práctica para la investigación aplicada*. Madrid: Pirámide.
- León, O., y Montero, I. (2003). *Métodos de Investigación en Psicología y Educación*. (3ª Ed). Editorial: INMAGRAG S.L.
- Lila, M; Musitu, G., y Buelga, S. (2000). *Adolescentes Colombianos y españoles: Diferencias, similitudes y relaciones entre la socialización familiar, la autoestima y los valores*. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80532203>
- Linares, J. (2012). *Terapia familiar ultramoderna*. Editorial: Herder, S.L.
- Lobb, E., Kristjanson, L., Aoun, S., y Monterosso, L. (2010). Predictors of Complicated Drief: A Systematic Review of Empirical Studies. *Death Studies*, 34 (8), 673-698.
- McGoldrick, M., y Gerson, R. (1985). *Genogramas en la evaluación familiar*. Editorial: Gedisa S.A.
- Medina, R. (2018). *Cambios modestos grandes revoluciones* (2ª. Ed). Editorial: Imagia Comunicación.

- Mendieta, G. (2015). Informantes y muestreo en investigación cualitativa. *Rev. Investigaciones Andina*, 30 (17), 1148-1150. <https://www.redalyc.org/pdf/2390/239035878001.pdf>
- Ministerio de Educación Pública. (2018). *Protocolo de atención a la población estudiantil que presenta lesiones autoinfligidas y/o en riesgo por tentativa de suicidio*. <https://www.mep.go.cr/sites/default/files/despacho/protocolo-prevencion-suicidio.pdf>
- Ministerio de Salud. (2012). *Política Nacional de Salud Mental 2012-2021*. https://siteal.iiep.unesco.org/sites/default/files/sit_accion_files/siteal_costa_rica_0712.pdf
- Ministerio de Salud. (2021). *Vulnerabilidad socioeconómica incide en la salud mental de la población de Costa Rica*. <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/746-noticias-2021/2041-vulnerabilidad-socioeconomica-incide-en-la-salud-mental-de-la-poblacion-de-costa-rica>
- Minuchin, S. (1974). *Familias y Terapia Familiar* (8ª. Ed). Editorial: Gedisa, S.A.
- Minuchin, S., y Fishman, C. (2004). *Técnicas de terapia familiar*. Editorial: Paidós.
- Minuchin, S., Lee, W; y Simón, G. (1998). *El arte de la terapia familiar*. Editorial: Paidós Ibérica, S.A.
- Montesano, A. (2016). El Diagrama Circular en terapia de pareja: Un mapa relacional para guiar el proceso terapéutico. *Revista de Psicoterapia*, 27 (104), 59-82. https://www.researchgate.net/publication/305391773_El_Diagrama_Circular_en_terapia_de_pareja_Un_mapa_relacional_para_guiar_el_proceso_terapeutico
- Montoya, B. (2015). Comportamiento del suicidio. Colombia, 2015. [pdf]. <https://www.medicinalegal.gov.co/documents/20143/49523/Suicidios.pdf>
- Mora, A. (1991). *Familia y sociedad*. <http://www.ts.ucr.ac.cr/binarios/docente/pd-000113.pdf>

- Mora, A. (10 septiembre, 2019). 385 costarricenses se quitan la vida al año mientras la salud mental sigue en lista de espera. *Delfino*. <https://delfino.cr/2019/09/385-costarricenses-se-quitan-la-vida-al-ano-mientras-la-salud-mental-sigue-en-lista-de-espera>
- Morales, F. (1997). *Introducción al estudio de la Psicología de la Salud*. República Editorial: Editorial UniSon
- Morer, B; Alonso, R; y Oblanco, M. (2017). El duelo y la pérdida en la familia. Revisión desde una perspectiva relacional. *Redes*, (36), 11-24. <http://www.redesdigital.com.mx/index.php/redes/article/view/196>
- Moss, N. (1995). An integrative model of grief. *Death Studies*, 19 (4), 337-364.
- Munera, P. (2013). *El duelo por suicidio. Análisis del discurso de familiares y de profesionales en salud mental*. [Tesis para optar por el grado doctoral]. Universidad de Granada. <https://hera.ugr.es/tesisugr/21876800.pdf>
- Ñaupas, H; Valdivia, M; Palacios, J; y Romero, H. (2018). *Metodología de la investigación: Cuantitativa-Cualitativa y redacción de la tesis*. (5ª Ed). Editorial: Ediciones de la U. <https://corladancash.com/wp-content/uploads/2020/01/Metodologia-de-la-inv-cuanti-y-cuali-Humberto-Naupas-Paitan.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2014). *Preventing suicide: A global imperative*. <https://www.who.int/publications-detail-redirect/9789241564779>
- Organización Mundial de la Salud. (2019). *Suicidio*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>
- Organización Mundial de la Salud y Organización Panamericana de la Salud. (2017). *Día Mundial para la Prevención del Suicidio 2017: Tómate un minuto, cambia una vida*. https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=13540:world-suicide-prevention-day-2017&Itemid=42091&lang=es

- Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud. (2014). *En las Américas hay más de 7 suicidios por hora, indica nuevo informe de la OPS*. https://www.paho.org/uru/index.php?option=com_content&view=article&id=895:en-las-americas-hay-mas-de-7-suicidios-por-hora-indica-nuevo-informe-de-la-ops&Itemid=451
- Organización Panamericana de la Salud. (2020). *Pandemia por COVID-19 exacerba los factores de riesgo de suicidio*. <https://www.paho.org/es/noticias/10-9-2020-pandemia-por-covid-19-exacerba-factores-riesgo-suicidio>
- Otero, M. (2006). Emociones, Sentimientos y Razonamientos en didáctica de las Ciencias. *Revista Electrónica de Investigación en Educación en Ciencias 1* (1), 24-53.
- Paladines, M; y Guinde, M. (2010). Disfuncionalidad familiar en niñas y su incidencia en el rendimiento escolar. [Tesis para optar por el grado de licenciatura]. Universidad de Cuenca. <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/2267/1/tps602.pdf>
- Pabón, A. (2019). *Exploración de estrategias de afrontamiento en padres de familia en duelo por muerte de hijo/a adolescente de 15 a 19 años*. [Diplomado de Manejo de Duelo]. Universidad Cooperativa de Colombia. https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/6769/2/2017_exploracion_estrategia_afrontamiento.pdf
- Parkes, C. (1988). Bereavement as a Psychosocial Transition: Processes of adaptation to change. *Journal of Social Issues*, (44) 3, 53-65. https://www.researchgate.net/publication/229479511_Bereavement_as_a_Psychosocial_Transition_Processes_of_Adaptation_to_Change
- Pedroza, M. (2020). *Abordaje a familias en duelo asociado a suicidio. Una revisión de tema*. [Trabajo para optar por el título de Enfermera]. Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales. <https://repository.udca.edu.co/bitstream/11158/2832/1/M%C3%B3nica%20Pedroza%202013022020%20C.%20%20Ps.%20Marlen%20Aguilar.pdf>

- Pereira, R. (1998). Deuil: de l'optique individuelle à l'approche familiale. In: Le Deuil. Bruxelles. *Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseaux*, 20, 85-102.
- Pereira, R. (2002). *Duelo: Desde el punto de vista individual al familiar*. https://www.researchgate.net/publication/292780713_Duelo_Desde_el_punto_de_vista_individual_al_familiar
- Pereira, R; y Vanotti, M. (2011). Caso clínico: Un caso de duelo familiar. *Revista Formación Médica Continuada*, 18 (4), 200-204. https://www.researchgate.net/publication/251660852_Un_caso_de_duelo_familiar
- Pérez, M. (1999). *Proceso de duelo y la familia*. [pdf]. <https://paliativossinfronteras.org/wp-content/uploads/procesol-de-duelo-y-familia-PEREZ.pdf>
- Pérez, S; y Garciano, L. (2016). *La dinámica familiar afectada por la muerte violenta de alguno de sus miembros*. [Trabajo de grado en Trabajo Social]. Corporación Universitaria Minuto de Dios. <https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/5004>
- Pérez, J; y Merino, M. (2009). *Definición de gratitud*. <https://definicion.de/gratitud/>
- Pérez, C. y Sebazco, A. (2000). Familia perdida. *Características de esta crisis familiar Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16 (1), 93-107. https://www.researchgate.net/publication/262624194_Familia_perdida_Caracteristicas_de_esta_crisis_familiar
- Plaza, J; Uriguen, P; y Bejarano, H. (2017). Validez y Confiabilidad en la investigación cualitativa. *Revista de Postgrado FaCE-UC*, 11 (21), 352-357. <https://pdfslide.net/documents/validez-y-confiabilidad-en-la-investigacion-arjebcuceduvearj21art24pdf.html>
- Porto, J; y Gardey, A. (2015). *Definición de alivio*. <https://definicion.de/alivio/>

- Rincón, A. (2018). *Duelo de muerte por suicidio analizado desde una perspectiva antropológica*. (Tesis de grado). El colegio de San Luis, San Luis Potosí. Recuperado de: <http://biblio.colsan.edu.mx/tesis/RinconFragaAnaMaria.pdf>
- Rodríguez, M; y Kerr, M. (2011). Introducción a las aplicaciones de la teoría familiar sistémica de Murray Bowen a la Terapia Familiar y de Pareja. *Cuadernos de Terapia Familiar*, 77, 7-15.
https://www.researchgate.net/publication/268717664_Introduccion_a_las_aplicaciones_de_la_teor%C3%ADa_familiar_sist%C3%A9mica_de_Murray_Bowen_a_la_Terapia_Familiar_y_de_Pareja
- Rovira, C. (1 de junio, de 2007). Amable y necesaria gratitud. *El país*.
https://elpais.com/diario/2007/06/03/eps/1180851356_850215.html
- Ruedas, M; Ríos, M; y Nieves, F. (2008). Hermenéutica: la roca que rompe el espejo. *Investigación y Posgrado*, 24 (2), 181-201. http://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S1316-00872009000200009&script=sci_abstract
- Salcedo, J; y Suarez, J. (2020). *Signos y síntomas del duelo post-suicidio en la familia*. [Tesis para optar por el pregrado en Psicología]. Universidad Cooperativa de Colombia.
https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/32529/1/2021_signos_sintomas_post-suicidio.pdf
- Sánchez, A. (2001). El método hermenéutico aplicado a un nuevo Canon: hacía la autorización de la producción escrita de los estudiantes de inglés. CAUCE, *Revista de Filología y su Didáctica*, 24, 295-323.
- Santos, P., Yáñez, A., y Al-Adib, M. (2015). *Atención profesional a la pérdida y el duelo durante la maternidad*.
https://www.elpartoesnuestro.es/sites/default/files/recursos/documents/libro_duelo_ses.pdf

Sistema Costarricense de Información Jurídica. (2012). *Reglamento de Vigilancia de la Salud N°37306-S*.

http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=73471&nValor3=90176&strTipM=TC

Scocco, P; Castriotta, C; Toffol, E; y Preti, A. (2012). Stigma of Suicide Attempt (STOSA) scale and Stigma of Suicide and Suicide Survivor (STOSASS) scale: Two new assessment tools. *Psychiatry Research* 200, 872-878.

Soria, R. (2010). Tratamiento sistémico en problemas familiares, Análisis de caso. *Revista Electrónica Iztacala*, 13 (3), 87-104.

Soro, M. (2019). *Propuesta de programa ante duelo por suicidio: Prevención del duelo patológico*. [Trabajo para optar por el Grado en Psicología]. Universidad Católica de Valencia.

<https://riucv.ucv.es/bitstream/handle/20.500.12466/1395/MARTA%20SORO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Spillane, A; Larkin, C; Corcoran, P; Metvienko, K. y Arensman, E. (2017). *What are the physical and psychological health effects of suicide bereavement on family members? Protocol for an observational and interview mixed-methods study in Ireland*. <https://bmjopen.bmj.com/content/8/1/e019472>

Sweet, H; Madowitz, J; y Zisook, S. (2010). Duelo después de suicidio. *Revista Trastornos del Ánimo*, 6 (1), 6-15. <http://cpuuchile.cl/web/wp-content/uploads/2019/06/RTA-2010-1.pdf>

Taylor, S; y Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Editorial:Paidós Ibérica.

Torres, M. (2020). *(Des)aparecidos: Visibilización del suicidio y sus supervivientes*. [Trabajo para optar por el grado en Psicología]. Universidad de la Laguna. [https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/19780/\(Des\)aparecidos%20Visibilizacion%20del%20suicidio%20y%20sus%20supervivientes.pdf?sequence=1](https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/19780/(Des)aparecidos%20Visibilizacion%20del%20suicidio%20y%20sus%20supervivientes.pdf?sequence=1)

Turmo, L. (2018). Duelo familiar: comparación entre la Escuela estructural y la Escuela estratégica.

Urdanivia, K. (2019). *Vivencias de sobrevivientes a pérdida por suicidio que asisten a un grupo de autoayuda*. [Tesis para optar por el grado de Licenciatura en Psicología]. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/650445/Urdanivia_KD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Vedia, V. (2016). Duelo patológico. Factores de riesgo y protección. *Revista digital de medicina psicosomática y psicoterapia*, 6 (2), 12-34. http://www.psicociencias.com/pdf_noticias/Duelo_patologico.pdf

Watzlawick, P. (2014). *No es posible no comunicar*. Editorial: Herder, S.L. <https://psicologiasantacruz.com/wp-content/uploads/2019/07/Watzlawick-P.-No-Es-Posible-No-Comunicar.pdf>

Wojtkowiak, J; Wild, V; y Migger, J. (2011). *Duelo Experiencias y Expectativas de Suicidio*. DOI: 10.1111 /j.1943-278X.2011.00070.x

Worden, J. (2004). *El tratamiento del duelo: Asesoramiento psicológico y terapia*. https://www.ecofuneral.es/wp-content/uploads/2018/10/williamworden_duelo.pdf

Wroblewski, A. (1985). The suicide survivors grief group. *Omega*, 15(2), 173-184.

Yi Yi, P. (2015). *Duelo Factores de riesgo de duelo complicado en cuidados paliativos* [Tesis Doctoral]. Universitat de València.

Young, I; Iglewicz, A; Danielle, G; Lanoutte, N; Seay, K; Ilapakurti, M. y Zisook, S. (2012). Suicide bereavement and complicated grief. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 14 (2), 177-186. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3384446/>

Anexos

Anexo 1: Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Dirigido a familias que han perdido a un miembro del núcleo familiar por causa de suicidio.

2.ª Versión

Fecha: 21 de enero del 2021

Proyecto:

Proceso psicológico de duelo en cuatro familias que han experimentado la pérdida de uno de sus miembros debido al suicidio, que residen en la Gran Área Metropolitana de Costa Rica desde un enfoque de Psicología de la Salud Sistémica.

Facilitador del proyecto:

Carlos Alvarado Cantero

Estudiantes:

María José Hernández Vargas

Sofía Rojas Mejías

Nombre del participante:

A. PROPÓSITO DEL PROYECTO: María José Hernández y Sofía Rojas son estudiantes investigadoras de la Universidad Nacional, quienes coordinan esta investigación de Trabajo Final de Graduación, la cual busca estudiar el dolor vivido en cuatro familias que han sufrido la pérdida de uno de sus miembros a causa de suicidio y que residen en la Gran Área Metropolitana de Costa Rica desde un enfoque de Psicología de la Salud Sistémica, que tiene como fin optar por el grado de Licenciatura en Psicología

Con este estudio, se examinarán aspectos psicológicos, familiares y de salud, que puedan estar relacionados, de manera positiva o negativa con lo vivido por la pérdida en esta situación en específico. En el cual, su objetivo general es el de analizar el proceso psicológico de duelo en cuatro familias que han experimentado la pérdida de uno de sus miembros debido al suicidio que residen en la Gran Área Metropolitana de Costa Rica desde un enfoque de Psicología de la Salud Sistémica. Y los objetivos específicos son: 1. Reunir la historia de cada familia participante que ha sufrido la pérdida de un miembro del núcleo familiar por suicidio. 2. Explorar los sentimientos a nivel individual que repercute a nivel familiar asociados al proceso psicológico de duelo que presentan los y las participantes de este estudio. 3. Identificar la estructura familiar derivada del proceso psicológico del duelo de las familias participantes.

RANDALL
GUTIERREZ
VARGAS (FIRMA)

UNA-CECUNA-2020-P010-CI-V2
Página 1 d

Comité Ético Científico, Universidad Nacional

V*B*



Dicha investigación, no se realiza en conjunto con ninguna institución privada, únicamente con la Universidad Nacional; sin embargo, no será financiada ni por esta ni por ninguna otra institución. Las únicas personas autorizadas para entrevistar serán María José Hernández y Sofía Rojas.

B. ¿QUÉ SE HARÁ?: Su participación es muy importante para poder llevar a cabo el estudio de forma adecuada y obtener resultados que más tarde nos permitan sustentar la necesidad de espacios para aquellas personas que atraviesan por un proceso de duelo por suicidio.

Esperamos entrevistar a cuatro familias en total, en las que puede participar cualquier miembro de la familia mayor de diez años y que viva en el Gran Área Metropolitana. Además, que pertenezcan a una familia que haya atravesado una pérdida de un miembro del núcleo familiar por suicidio hace aproximadamente dos años o más y que hayan vivido con la persona que cometió el suicidio en el momento que sucedió el evento. Por lo tanto, se espera contar con un mínimo de dos personas por grupo familiar dando así un promedio de al menos 8 personas en total que participarán en esta investigación.

Para la recolección de datos de este estudio se realizará un tipo de entrevista donde se busca obtener información de un miembro de la familia a través de los otros, compuesta por preguntas previamente planeadas y aquellas que surjan en el momento. Además, se facilitará un espacio en el cual se reunirán a todas las familias participantes al mismo tiempo, para así conversar en conjunto las respuestas de las distintas preguntas y actividades que se harán sobre el tema de investigación.

Las entrevistas y el grupo de discusión se realizarán de manera presencial o virtual (esto debido a la situación actual de pandemia que vivimos a nivel nacional), una duración de 1 a 2 horas. Las entrevistas contemplarán preguntas sobre la historia familiar, sus sentimientos que atraviesa o atravesó con respecto al duelo, la organización familiar y las vinculaciones en la misma. Las entrevistas y el grupo de discusión se realizarán en el lugar de reuniones del grupo Mar y Cielo ó en el aula grupal del Edificio Multiuso de la Universidad Nacional. Por su parte, en el grupo de discusión abarcará aspectos generales del proceso psicológico de duelo por suicidio, para contrastar las experiencias de cada núcleo familiar entre sí, sin ninguna intención de juzgar, señalar o denigrar. El espacio será tratado con delicadeza y respeto para procurar comodidad y confianza.

Se espera tener los resultados en un plazo de un año máximo y cuando los tengamos, solicitaremos una última reunión por cada familia, para aclarar las dudas que tengan. Además, se hará entrega de un documento con dichos resultados y las conclusiones obtenidas en esta investigación. Se considera que la duración total en el trabajo con los participantes será de 4 a 5 semanas aproximadamente más la sesión extra para la entrega de los resultados.

C. RIESGOS: Al ser un tema delicado, este estudio puede significar que usted tenga que identificar situaciones que le lleven a momentos sensibles, se pueden movilizar fuertes sentimientos ya que podrían recordar situaciones de gran vulnerabilidad en sus experiencias de vida, pero se espera en la medida de lo posible que las preguntas no afecten su estado mental.



RANDALL
GUTIERREZ
YARGAS (FIRMA)

emocional durante las entrevistas ni después de que termine. De esta manera, de ser necesario con alguna crisis que pueda presentarse, se contará con la ayuda de Ana León Saborio profesora en psicología de la Escuela de Psicología de la Universidad Nacional y si son personas ajenas al grupo Mar y Cielo encargado por la psicóloga María Fernanda Carvajal Arce, se podrán incluir en este espacio en el cual podrán compartir sus experiencias en cuanto al duelo por suicidio debido a que es un espacio seguro para que las personas desahoguen los sentimientos que están atravesando.

D. BENEFICIOS: Como resultado de su participación en este estudio, no obtendrá ningún beneficio directo ni anticipado; sin embargo, la información que usted nos brinde la utilizaremos para enriquecer a nivel teórico a la población estudiada y la academia en aspectos del proceso psicológico del duelo debido a que este tema es poco estudiado en Costa Rica. Con su participación voluntaria será posible comprender mejor los factores que inciden en el duelo por suicidio, las experiencias, vinculaciones y emociones individuales que repercuten a nivel familiar que se involucren en este proceso.

E. ¿QUÉ PASARÁ EN EL FUTURO?: Es importante mencionar que los resultados que se obtengan de esta investigación podrán ser utilizados en otros estudios. Ya que, se podrán realizar muchas investigaciones derivadas de esta y podría volverse antecedente de las mismas, en las que pueden plantearse distintas líneas de acción a partir de este estudio

F. PARTICIPACIÓN VOLUNTARIA: Su participación en este estudio es voluntaria, esto significa que usted participa sólo si desea hacerlo. Puede negarse a participar, no contestar algunas de las preguntas que le haremos o retirarse si así lo desea. Así mismo, puede solicitar que terminemos la entrevista o la actividad en cualquier momento si se siente incómodo(a), esto no le ocasionará problema alguno. En caso de que alguna familia esté anuente a continuar participando, pero las investigadoras consideren que la familia se encuentra con algún tipo riesgo psicológico, se les solicitará el retiro de la investigación y se les dará seguimiento de acuerdo con su situación.

Cabe rescatar, que no se brindará ningún tipo de compensación económica ni alimentaria por participar en esta investigación, por lo tanto, dichos gastos serán responsabilidad de cada uno de los(as) participantes.

G. PARTICIPACIÓN CONFIDENCIAL: Su participación en este estudio es confidencial: todas las respuestas que usted nos dé a las preguntas que le vamos a hacer, serán identificadas con un número y no con sus datos personales (nombre, apellidos, número de teléfono, dirección). Solamente las investigadoras del estudio, María José Hernández y Sofía Rojas y el tutor a cargo Carlos Alvarado Cantero tendrán acceso a los documentos que incluirán sus datos personales. No se le dirá a nadie que usted está participando en el estudio y no se dará su información personal sin su permiso.

Como parte de la recolección de información se guardará el material elaborado en la sesión, al menos que alguna de las familias pida llevárselo o que se deseche. La información de los materiales será incluida tanto en el documento de resultados que se les entregará



personalmente como en el Trabajo Final de Graduación, a este último podrán tener acceso en la biblioteca Joaquín García Monge de la Universidad Nacional.

H. Antes de decidir si desea participar, usted debió conversar con las investigadoras autorizadas, quienes tienen que contestar satisfactoriamente todas sus preguntas. Si quisiera más información en el futuro, puede obtenerla contactando a una de las dos investigadoras María José Hernández o Sofía Rojas a los teléfonos 6026 5847 o 8887 6945, en horas de oficina (lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m.).

También puede consultar sobre los derechos de los sujetos participantes en proyectos de investigación en la Ley Reguladora de Investigación Biomédica. Cualquier consulta adicional puede realizarla al Comité Ético Científico de la Universidad Nacional al teléfono 2562-6840, de lunes a viernes de 8 a 12 m.d. y 1 a 5 p.m.

I. Recibirá una copia de este documento firmado, para su uso personal.

J. No perderá ningún derecho legal por firmar este documento.

CONSENTIMIENTO

- * He leído y/o me han leído la información sobre este estudio, antes de firmar.
- * He hablado con las investigadoras y me han contestado todas mis preguntas en un lenguaje entendible para mí.
- * Participo en este estudio de forma voluntaria.
- * Tengo el derecho a negarme a participar, sin que esto me perjudique de manera alguna.
- * Para cualquier pregunta puedo llamar a: 6026 5847 ó 8887 6945
- * He recibido una copia de este consentimiento para mi uso personal.

| Nombre, cédula y firma de quien participa | Lugar | Fecha | Hora |
|---|-------|-------|------|
|---|-------|-------|------|

| Nombre, cédula y firma del testigo | Lugar | Fecha | Hora |
|------------------------------------|-------|-------|------|
|------------------------------------|-------|-------|------|

UNA-CECUNA-2020-P010-CI-V2
Página 4 d

Comité Ético Científico, Universidad Nacional

V*B*



RANDALL
GUTIERREZ
VARGAS (FIRMA)

Firma digitalizada por RANDALL
GUTIERREZ VARGAS
Fecha de reconocimiento: 20/06/2020
IP: 192.168.1.100
ID: 1234567890
Fecha: 2020-06-20 10:00:00

Nombre, cédula y firma de (las) investigador(as)

o asistente de investigación que solicita el consentimiento Lugar Fecha Hora

RANDALL
GUTIERREZ
VARGAS (FIRMA)

Modelo adaptado por el Comité Ético Científico de la Universidad Nacional de Cuenca, Ecuador. Este modelo es de uso exclusivo de la Universidad Nacional de Cuenca y no puede ser reproducido, distribuido, ni utilizado para fines comerciales sin el consentimiento escrito de la Universidad Nacional de Cuenca.

UNA-CECUNA-2020-P010-CI-V2
Página 5 d

Comité Ético Científico, Universidad Nacional

V°B°



Anexo 2: Asentimiento informado para menores de edad que participen en esta Investigación

ASENTIMIENTO INFORMADO

Dirigido a menores de edad de familias que han perdido a un miembro del núcleo familiar por causa de suicidio.

Proyecto:

Proceso psicológico de duelo en cuatro familias que han experimentado la pérdida de uno de sus miembros debido al suicidio, que residen en la Gran Área Metropolitana de Costa Rica desde un enfoque de Psicología de la Salud Sistémica.

2.ª Versión

Fecha: 21 de enero del 2021

Facilitador del proyecto:

Carlos Alvarado Cantero

Estudiantes:

María José Hernández Vargas

Sofía Rojas Mejías

Nombre del participante:

A. PROPÓSITO DEL PROYECTO: Este estudio estará a cargo de las estudiantes investigadoras Sofía Rojas Mejías y María José Hernández Vargas, que pertenecemos a la Escuela de Psicología de la Universidad Nacional de Costa Rica, estamos realizando esta investigación para obtener el grado de Licenciatura en Psicología.

En este estudio buscamos comprender el dolor y las situaciones que viven las familias que han perdido a un familiar por suicidio, para comprobar detalles de las etapas que experimentan estas familias en nuestro país. Para cumplir los objetivos de esta investigación y recoger la información necesaria se realizarán cuatro entrevistas con preguntas planeadas y las otras que surjan en el momento. Esto se efectuará de manera presencial con cada familia, para así conocer aspectos del duelo que vivieron o están viviendo las personas participantes. Además, se facilitará un espacio en el cual se reunirán a todas las familias participantes al mismo tiempo, para así conversar en conjunto las respuestas de las distintas preguntas y actividades que se harán sobre el tema de investigación.

RANDALL
GUTIERREZ
VARGAS (FIRMA)

UNA-CECUNA-2020-P010-AI-V2
Página 1 d

Comité Ético Científico, Universidad Nacional

VºBº



Por lo que, tu participación en el estudio consistiría en asistir a las cuatro entrevistas familiares, grupo con las demás familias y una última sesión para entregar los resultados y conclusiones obtenidas de la información recolectada.

Las únicas personas autorizadas para entrevistarte serán María José Hernández y Sofía Rojas. Toda la información que nos proporcionas y las evaluaciones que haremos nos ayudarán a obtener resultados para esta investigación, es por eso que tu participación será de gran ayuda para el desarrollo de la ciencia y el conocimiento sobre el duelo que viven estas familias en Costa Rica.

B. ¿QUÉ SE HARÁ?: Tu participación es muy importante para hacer este estudio de la mejor manera para recoger los datos que necesitamos. En esta investigación se te hará una entrevista con preguntas en las que toda tu familia participará, además serán presenciales o virtuales (esto debido a la situación actual de pandemia que vivimos a nivel nacional). Además, después haremos una reunión con las demás familias que participaron en este estudio igual que tú. Este encuentro se realizará con mucho respeto para que tú y los demás se sientan cómodos y con confianza.

Las entrevistas serán hechas en al menos 4 sesiones y pueden durar de 1 a 2 horas al igual que la reunión, en la que se les pedirá que participen una única vez. Esperamos que participen 4 familias en total, de la que puede llegar a ser parte de la investigación cualquier miembro mayor de 10 años y que vivan en el Valle Central (Heredia, Cartago, San José, Alajuela). Así que vamos a ocupar tu ayuda por lo menos de 4 a 5 semanas en total para hacer las actividades que acabamos de explicarte, que se llevarán a cabo en un grupo llamado “Mar y Cielo” o en un aula de la Universidad Nacional.

Vamos a procurar tener los resultados en un plazo de un año máximo, por lo que te pediremos que tú y tu familia se reúnan con nosotras para entregarte un documento con estos resultados y las conclusiones obtenidas, además de responder a cualquier pregunta que tengan sobre este estudio del que fueron parte.

C. RIESGOS: Al ser un tema delicado, este estudio puede hacer que tengas que reconocer situaciones sentimentales con recuerdos no tan agradables, pero intentaremos que las preguntas que te hagamos no te afecten. Aun así, si te llegas a sentir mal y necesitas ayuda nos lo puedes decir y una Psicóloga podrá escucharte para apoyarte o si prefieres puedes participar en el grupo “Mar y Cielo” quienes también podrán ayudarte a desahogarte de tus sentimientos.

D. BENEFICIOS: Con tu participación en este estudio no tendrás ningún beneficio directo, pero la información que nos puedas dar la usaremos para ayudar a personas como tú y a los lugares que también quieran saber más del tema que estamos estudiando. Igualmente, hay una posibilidad de que hagan más investigaciones de este tema. Es por esto que con tu participación voluntaria, será posible entender mejor el duelo por el que estás pasando o que ya pasaste.

RANDALL
GUTIERREZ
VARGAS (FIRMA)



E. ¿QUÉ PASARÁ EN EL FUTURO?: Esperamos tener resultados que más adelante puedan ayudar a personas que viven un duelo de este tipo. Es importante recordarte que se podrá usar esta información en otras investigaciones que se harán en el futuro de este tema.

F. PARTICIPACIÓN VOLUNTARIA: Tu participación en el estudio es totalmente voluntaria, es decir, aun cuando tu papá o mamá hayan dicho que puedes participar, si tú no quieres hacerlo puedes decir que no. Es tu decisión si participas o no en el estudio. También, si en algún momento ya no quieres continuar en el estudio, no habrá ningún problema puedes retirarte, o si no quieres responder a alguna pregunta en particular, tampoco habrá problema, no tendrás que hacerlo. Aun así, si estás dispuesto(a) a seguir participando pero nosotras pensamos que tú y tu familia pueden salir afectados se te puede pedir que no participes más, para cuidarte. Si esto pasara, se te dará apoyo emocional y psicológico con una psicóloga. Y es importante que sepas que no se te dará ningún tipo de premio con dinero o comida por ser parte de la investigación.

G. PARTICIPACIÓN CONFIDENCIAL: Esta información será confidencial, esto quiere decir que no diremos a nadie tus respuestas, sólo lo sabrán las personas que forman parte del equipo de este estudio (María José Hernández y Sofia Rojas y el tutor a cargo Carlos Alvarado Cantero) y tus datos personales tampoco serán expuestos en ningún momento. No se le dirá a nadie que estás participando en el estudio y no se dará tu información personal sin tu permiso.

Cuando termine la investigación nos encargaremos de botar toda la información que nos hayas brindado, dejándola solamente en el documento con los resultados que se te entregarán y el del estudio.

H. Antes de decidir si deseas participar, tú debiste conversar con las investigadoras autorizadas, quienes debieron contestar satisfactoriamente todas tus preguntas. Si quisieras más información en el futuro, puedes obtenerla contactando a una de las dos investigadoras María José Hernández o Sofia Rojas a los teléfonos 6026 5847 o 8887 6945, en un horario de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m.

También puedes preguntar sobre los derechos de los(as) participantes en proyectos de investigación en la Ley Reguladora de Investigación Biomédica. Cualquier consulta adicional puedes realizarla al Comité Ético Científico de la Universidad Nacional al teléfono 2562-6840, de lunes a viernes de 8 a 12 m.d. y de 1 a 5 p.m.

I. Recibirás una copia de este documento firmado, para tu uso personal.

J. No perderás ningún derecho legal por firmar este documento.

RANDALL
GUTIERREZ
VARGAS (FIRMA)

Presencia de un sello por escrito
Cualquier cambio de firma
Debe ser notificado por
comunicación escrita
Presencia de un sello por escrito
Cualquier cambio de firma
Debe ser notificado por
comunicación escrita



CONSENTIMIENTO

- * He leído y/o me han leído la información sobre este estudio, antes de firmar.
- * He hablado con las investigadoras y me han contestado todas mis preguntas en un lenguaje entendible para mí.
- * Participo en este estudio de forma voluntaria.
- * Tengo el derecho a negarme a participar, sin que esto me perjudique de manera alguna.
- * Para cualquier pregunta puedo llamar a: 6026 5847 ó 8887 6945
- * He recibido una copia de este consentimiento para mi uso personal.

Si aceptas participar, te pido que por favor coloques una " X " en el espacio de abajo que dice "Si quiero participar" y escribe tu nombre.

Si no quieres participar, no pongas ninguna " X ", ni escribas tu nombre.

() Si quiero participar

Nombre: _____

Cédula: _____

Lugar en que se firma: _____

Hora: _____

Fecha: _____ de _____ de _____.

Nombre, cédula y firma de(las) investigador(as) o asistente de investigación que solicita el consentimiento:

Lugar en que se firma: _____

RANDALL
GUTIERREZ
VARGAS (FIRMA)

He leído y comprendido la información sobre este estudio y he aceptado voluntariamente participar en él. He sido informado de los riesgos y beneficios del estudio y he aceptado participar en él. He sido informado de que puedo abandonar el estudio en cualquier momento sin que esto me perjudique de manera alguna. He sido informado de que puedo llamar a: 6026 5847 ó 8887 6945 para cualquier pregunta. He recibido una copia de este consentimiento para mi uso personal.



Hora: _____

Fecha: _____ de _____ de _____.

RANDALL
GUTIERREZ
VARGAS (FIRMA)

Firma digitalizada por medios
electrónicos de acuerdo al
protocolo de validación de
firmas electrónicas
del Poder Judicial de la
Federación

UNA-CECUNA-2020-P010-AI-V2
Página 5 d

Comité Ético Científico, Universidad Nacional

V°B° _



Anexo 3: Instrumento

Proceso de duelo en cuatro familias que han experimentado la pérdida de uno de sus miembros debido al suicidio, que residen en la Gran Área Metropolitana de Costa Rica desde un enfoque de Psicología Sistémica

Indicaciones generales: Este instrumento funcionó como guía para las entrevistadoras por lo que no se les entregó dicho documento a los(as) participantes.

Las entrevistas implementadas con las familias se realizaron en cuatro sesiones, sin embargo, se encontró la necesidad de realizar una sesión extra, que a pesar de que no estaba contemplada en la metodología de la tesis, se realizó debido a que al momento de la transcripción de las entrevistas se encontró ausencia de datos específicos de cada familia. Además, se pensó en cuatro preguntas que no se habían efectuado y que eran claves en cuanto a la información que esta tesis necesitaba para su sustento analítico.

Cada entrevista se estructuró con diferentes actividades dentro de cada una, y una vez explicadas las indicaciones se abrió un espacio para clarificar dudas.

Se informó a las familias participantes que todas las sesiones a realizar serían grabadas independientemente de la modalidad que se utilizó.

Además, se les indicó que, si en algún momento se sentían sobrecargados, incómodos por las preguntas o no deseaban participar, lo indicarán a las investigadoras, pues se respetaría el espacio que la persona así fuera requerido, incluso si deseaban retirarse. Con la finalidad de preservar la integridad/apertura/voluntad de las personas entrevistadas, así se les invitó a detenerse, retirarse o guardar silencio si se sentían con inquietud emocional durante la entrevista.

Cabe mencionar que las metodologías utilizadas procuraron no afectar emocional o psicológicamente ni que les pudiera generar algún tipo de inestabilidad a las familias. No obstante, al ser un tema delicado se tenían el conocimiento que podría existir algún tipo de desbordamiento emocional para lo que se contaba con el apoyo de dos psicólogas para atender alguna situación en crisis que se pudiera presentar.

En estas entrevistas se utilizaron las nomenclaturas Y-K-R para representar a cada uno de los miembros del sistema familiar y se agregó a Z como la persona fallecida.

- **Entrevistas:** La entrevista fue de varias sesiones y al pertenecer al enfoque sistémico estructural, se realizaron actividades como las entrevistas circulares, el genograma y mapa relacional. En este proceso se utilizó la mayor parte del tiempo la entrevista circular semiestructurada, la cual consiste en una serie de preguntas que es contestada desde los otros, para así abarcar de una manera más integral las diferentes perspectivas, sentimientos y pensamientos desde la epistemología del otro (Guang, 2000).
- **Mapa relacional:** Esta técnica consistió en realizar un mapa con las diferentes relaciones que existen en cada sistema familiar, la cual fue realizada por las investigadoras a cargo del proceso según lo que observaron en cada sesión de trabajo con las familias. Para el cual se utilizaron las representaciones anteriormente mencionadas en la figura 8.

Primera sesión

Objetivo específico: Reunir la historia de cada familia participante que ha sufrido la pérdida de un miembro del núcleo familiar por suicidio.

Indicaciones iniciales: Las investigadoras se presentaron y también se les pidió a las personas participantes que lo hicieran. Seguidamente se les indicó que se describieran ellos como familia, lo que les gusta o no les gusta hacer, etc. Finalmente se preguntó si deseaban que se utilizara algún seudónimo al momento de transcribir los resultados en el documento final para resguardar la confidencialidad de cada persona participante.

- **Genograma:** Esta técnica consiste en realizar un árbol genealógico familiar con una serie de símbolos que procuran representar los datos de cada miembro familiar y el sistema como tal (McGoldrick y Gerson, 1985).

Por ende, esta técnica se realizó en las diferentes sesiones de entrevista en conjunto con cada sistema familiar con el que se fue trabajando de acuerdo con la información suministrada por cada familia participante.

Indicación: Primeramente, se les enseñó un ejemplo de cómo se realiza un genograma y se les pidió que una hoja realizaran su propio genograma, en el cual se les indicó que los círculos simbolizan las mujeres, los cuadrados los hombres, los puntos bebés muertos en el vientre de sus madres y los triángulos los bebés en el vientre de sus madres. Dentro de cada una de estas

figuras se les solicitó que colocaran la edad, el parentesco entre cada miembro; y que agregaran, la edad de las personas que han fallecido y su causa de muerte.

- Historia familiar: Se espera recopilar la historia familiar la cual es creada a partir de las propias explicaciones de la familia, dando un orden y enlace en cada historia. A partir de los elementos que las definen y sus experiencias vividas de manera conjunta (Medina, 2018).

Indicaciones: Se le solicitó a cada familia que en una hoja realizaran un escudo que los representara como familia y que agregaran un lema al mismo. Luego se les realizó una serie de preguntas en cuanto al escudo efectuado, las cuales fueron:

- ¿Cuáles elementos (momentos) les gustaría repetir que estén en ese escudo o existen algún momento que no esté en el escudo que querrían repetir?
- Como familia ¿Cuáles momentos les gustaría que terminaran diferente de lo que han vivido?
- ¿Qué cosas los llevó a que ese escudo los representará?
- ¿Qué elementos les gustaría quitar de este escudo y por qué?
- R ¿Cómo cree que se siente Y con respecto al escudo que elaboraron?
- K ¿Cómo cree que se sentiría Z con respecto al escudo que elaboraron?
- Y ¿Qué pensaría Z sobre lo que dijo R?
- K ¿Por qué cree que a R le gustaría repetir ese momento?
- R ¿Qué opina de lo que dijo R sobre cómo le hubiera gustado que terminara ese momento?
- K ¿Usted comparte lo que dice R sobre que lo que los llevó a ser ese escudo y por qué?
- R ¿Existe algún tipo de censura al hablar sobre este evento vivido en la familia?
- ¿Existen problemas de alcoholismo en la familia?
- ¿Hace cuánto se separaron los padres?
- ¿En la familia saben del suicidio?
- ¿Ha existido algún cambio de ánimo en alguna fecha en específica?

Segunda sesión

Objetivo específico: Explorar los sentimientos a nivel individual que repercuten a nivel familiar asociados al proceso de duelo que presentan los y las participantes de este estudio.

- Sentimientos: Las preguntas fueron dirigidas en torno a los relatos de las manifestaciones emocionales asociadas a la pérdida, que expresaron los integrantes de las familias luego de sucedido el evento.

Indicaciones:

1. Se les pidió que asignaran un número del 1 al 5 según el grado de facilidad de expresar las emociones en la familia ante cada uno de estos sentimientos:

- Vergüenza
- Alegría
- Culpa
- Admiración
- Temor
- Dolor
- Gratitud
- Ira
- Perdón
- Alivio

Donde 1 es: emoción con expresión nula, 2 es: emoción poco expresada, 3 es: emoción neutra, 4 es: emoción expresada con restricciones, 5 es: emoción expresada y aceptada por la familia. Cabe rescatar, que al ser una escala de intensidad los números pueden repetirse. Y una vez asignados los números, se les pidió que compartieran la escala de cada uno.

2. Se les pidió que cada integrante de la familia anotara en una hoja en blanco la lista de las emociones antes brindas y que respondieran las siguientes preguntas:

- ¿Qué situación o momento vivieron como familia que los hizo experimentar estos sentimientos con respecto al evento?
- ¿Hay alguna emoción que consideren que hayan experimentado y haga falta en la lista? ¿Cuál?

3. Seguidamente se les realizó las siguientes preguntas:

- R ¿Que provocó o provoca el sentimiento x de Y en esta familia?
- ¿Cómo consideran que la familia maneja el sentimiento x?
- Y ¿Cómo podría decir que se comporta la familia ante el sentimiento x de R?
- ¿Qué provoca en esta familia el sentimiento x?
- K ¿Cómo actúa Y ante x sentimiento?
- Y ¿Cómo maneja K el sentimiento x?
- R ¿Cuánto tiempo considera usted que Y presentó la emoción x? ¿Está de acuerdo con esa duración? ¿Por qué?
- K cuando alguien de la familia está muy feliz ¿Cómo se comportan comúnmente?
- R ¿Cómo actúa esta familia cuando K está triste?
- Y ¿Considera que haya alguna emoción que se restrinja en esta familia?
- ¿Hubo algún cambio significativo en la familia a partir de la pérdida?

Nota: A las preguntas no se les asignó un sentimiento específico, debido a que se realizó según las escalas proporcionadas por los miembros de la familia. Por lo tanto, se le asignó la letra “x”.

Tercera sesión

Objetivo específico: Identificar la estructura familiar derivada del proceso de duelo de las familias participantes.

- **Estructura familiar:** La información será recabada basándonos en que cada sistema familiar tiene su propia estructura, compuesta por un conjunto invisible de demandas funcionales, donde existen jerarquizaciones, límites y reglas que los constituyen. Además, tiene una composición e interrelación entre los diferentes subsistemas. Así se podrán mostrar cuales son los patrones relacionales de una familia, con aspectos de pertenencia y lealtad, de proximidad, exclusión y abandono, de poder y agresión. Estos aspectos se verán reflejados en la formación de los subsistemas, la permeabilidad de los límites, afiliaciones y coaliciones (Minuchin, 2004; Turmo, 2018; Minuchin y Simón, 1998).

Indicaciones:

1. Se les solicitó a las familias que pensarán e idearán un personaje para cada miembro, el cual debía estar basado en sus características y personalidad. Una vez creados dichos personajes, se les pidió que discutir en conjunto los personajes y de qué manera estos forman la familia.
2. El micrófono se colocó en mute para que los miembros de la familia pudieran debatir en privado sobre lo solicitado.
3. Se pedirá que presenten sus personajes y cómo es la vida familiar con estos personajes.
4. Luego se realizarán las siguientes preguntas:
 - ¿Por qué escogieron esos personajes?
 - ¿Cómo se llevan estos personajes entre sí?
 - R ¿Por qué crees que Y escogió ese personaje?
 - K ¿Cambiarías algún personaje o los dejarías así? ¿Por qué?
 - R ¿Estás de acuerdo con lo que K está diciendo? ¿Por qué?
 - Y, en esta familia ¿cuál consideras que es el personaje que tiene un papel más relevante en el funcionamiento familiar? ¿Por qué?
 - K, en esta familia ¿cuál consideras que es el personaje que tiene un papel menos relevante en el funcionamiento familiar? ¿Por qué?
 - ¿Le asignaron un papel a Z? ¿Por qué le asignaron ese papel? o ¿Porque no le asignaron ningún papel?
5. Asimismo, se realizaron ciertas preguntas que según McGoldrick y Gerson, (1985) harán alusión a los diferentes roles familiares:
 - ¿Algún miembro de la familia ha sido considerado como el guardián? ¿El problemático? ¿El “enfermo”? ¿El “malo”? ¿El “loco”?
 - ¿Quién es considerado el fuerte de la familia? ¿El débil? ¿El dominante? ¿El sumiso?
 - ¿Quién es considerado el éxito de la familia? ¿El fracasado?
 - ¿A quién se considera cálido? ¿A quién frío?
6. Posteriormente, se realizó un intercambio de personajes entre todos los integrantes y se les pidió que describieran las actividades que esa persona realiza cuando hacen un paseo a la playa y luego se les solicitó que nos relatarán lo que habían pensado de esa persona que les había sido asignada.

7. Finalmente, se les preguntó:
- ¿Cómo los describiría una persona fuera de su sistema familiar?
 - ¿Qué cosas positivas diría de esta familia?
 - ¿Qué cosas negativas diría de esta familia?
 - ¿Qué es lo más característico que diría de esta familia?
 - Si una persona los observará en su cotidianeidad ¿Qué diría de esta familia? ¿Por qué?
 - ¿Hubo algún cambio que se dio en la familia según las personas fuera del sistema? ¿Cuál?

Cuarta sesión

- **Grupo de discusión:** El grupo de discusión no responde a ningún objetivo en específico, ya que, pretende enriquecer los datos obtenidos en las entrevistas, por lo que se espera reunir a todas las familias con las que se esté trabajando para la realización de actividades, con lo que se intenta dar un cierre al proceso. Se considera un elemento provechoso para poder trabajar desde la grupalidad bajo conceptos de “universalización”, “catarsis”, “altruismo”, “factores existenciales”, “asociación libre” y “fenómeno de cadena”. No obstante, este grupo no pretende ser terapéutico sino meramente de discusión, lo que se tratará de dejar claro en el encuadre.

En primer lugar, a pesar que este espacio fu una única vez, se realizó un encuadre en donde se dejaron explícitas las reglas de convivencia dentro del grupo. Dichas reglas fueron:

1. Respeto ante las opiniones y los espacios de expresión.
2. Se dejará en libertad a quien no desee participar y/o quiera retirarse.
3. Se asegurará la confidencialidad de las encargadas y se pedirá que sea de la misma forma por parte del grupo.
4. En caso de ser virtual, se solicitará a los participantes mantener las cámaras encendidas.

Además, se discutió de si existía la necesidad de incorporar o cambiar alguna regla a manera de flexibilidad y adaptación ante el grupo, para asegurar comodidad del mismo dentro del espacio, y el cuidado del tema a trabajar.

Se tuvieron dos opciones para trabajar dentro del grupo, ya que cabía la posibilidad de que dicha reunión fuera presencial o virtual, por cuestiones personales de los participantes o

por la situación mundial que se está viviendo con la pandemia. Sin embargo, al final debido realizarse de forma virtual por lo que solamente esa modalidad fue la aquí presentada.

Indicaciones en modalidad virtual: Se les envió una invitación por medio de la aplicación de Zoom para que pudieran ingresar a la reunión. Se realizaron distintas actividades de las que se les fue explicando en qué consistía cada una conforme se fue avanzando en la sesión.

1. Caldeamiento: Se les pidió que cada persona se presentará y indicaran una parte del cuerpo que les picaba, la siguiente persona debida decir el nombre de la persona anterior la parte del cuerpo que le picaba y añadir su nombre y su parte del cuerpo que le picaba para realizar una cadena entre todos y todas, así romper el hielo mediante la risa.
2. Palabras asociativas: Se trabajó con palabras asociativas, con las cuales se les explicó que cada familia como conjunto debían decir qué se les venia a la mente en el momento en que se les menciono la palabra emitida. Se pidió que únicamente la familia que se encontrara participando activara el micrófono, las demás debian mantenerlo apagado hasta que fuera su turno. Se trabajaron con las siguientes palabras: “vida, dolor, felicidad, momento difícil, luz, muerte, familia, sufrimiento, nacer, amor, suicidio, soñar y esperanza”. Con cada palabra que respondian los y las participantes, las encargadas fueron apuntando las respuestas en una hoja de Word, que fue compartida con el grupo mientras se fue construyendo de manera conjunta para así formar un mural grupal. Con el que luego se discutio al respecto de las distintas representaciones brindadas.
3. Situación X: Se le propuso a cada familia que pensaran en alguna fecha festiva en especifico en la que todos participaban, y se le preguntó a cada miembro: ¿Cómo creen que se comportaría X en esta situación? Así sucesivamente hasta que todos participaron. Además, se les pregunto cual era el papel de la persona fallecida en esa actividad y ahora que esa persona ya no esta con vida como ha cambiado esa fecha.
4. Película: Se les indico a cada familia que si fueran una película como se llamarían, que nos contaran un poco de la película que se encontraba dividida en tres momentos: en como eran antes de la pérdida, en el momento de la pérdida y como han sido luego de la pérdida. Se silenciaron los micrófonos para que cada familia pudiera discutir de

manera privada sus respuestas. De igual forma, como la actividad anterior, se solicitó que únicamente las familias que estuvieran respondiendo tuvieran el micrófono encendido. Posteriormente, cuando cada familia realizó su representación se incentivo un conversatorio grupal mediante algunas preguntas: ¿Cuáles componentes piensan que describen mejor a cada familia según su historia? y ¿Cuáles son los elementos más importantes que rescatarían de la historia de cada familia?

5. **Cierre:** Para concluir, se solicito que, de manera voluntaria, uno por uno, dijera algo que quería dejar en el espacio que no se pudiera llevar y algo que les gustaría llevarse. También se les explico que lo que se fuera a decir debía ser en una frase corta y concisa, y que, si tenían algo más delicado por decir podrían, discutirlo con las investigadoras y ellas discutirían que hacer o en caso de ser necesario remitirlos(as) con la psicóloga.

Sesión extra:

Las preguntas de esta sesión fueron las siguientes:

- ¿Alguien de la familia tuvo ayuda psicológica y por cuánto tiempo?
- ¿Creen que hay una diferencia entre otros duelos que han tenido por otras muertes a esta muerte en específico?
- ¿Ustedes consideran que un grupo de apoyo es de ayuda para este duelo? ¿Por qué?
- Si estuvieran al principio del proceso del duelo ¿Qué les hubiera gustado tener? Si hubieran tenido alguna ayuda ¿Que les hubiera gustado que alguien les hubiera ofrecido

Referencias Bibliográficas

GenoPro. Ink. (2019). GenoPro-Picture-Your Family Tree!. <https://genopro.com/setup/>

Guang, E. (2000). *Terapia de Familia*. Recuperado de: <https://es.scribd.com/document/225224632/Terapia-de-Familia>

González. J. (1999), *Psicoterapia de Grupos. Teoría y técnica a partir de algunas escuelas psicológicas*. México: El Manual Moderno, S.A, C.V.

McGoldrick, M., y Gerson, R. (1985). *Genogramas en la evaluación familiar*. Nueva York: Gedisa S.A.

Medina, R. (2018). *Cambios modestos, grandes revoluciones. Terapia crítica*. Guadalajara, México: Imagia Comunicaciones.

Minuchin, S; Simón, G; Lee, W. (1998). *El arte de la terapia familiar*. Buenos Aires, México: Paidós.

Minuchin, S. (2004). *Familias y terapia familiar*. Barcelona, España: Gedisa, S.A.

Sánchez, L. (2001). Evaluación y trazado de la estructura de la familia. Evaluación del conflicto conyugal: una guía para principiantes.

Turmo, L. (2018). Duelo familiar: comparación entre la Escuela estructural y la Escuela estratégica.