IAM
Instituto Aragonés de la Mujer

Desenredando el duelo

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE IGUALDAD

Pacto de Estado
contra la violencia de género

GOBIERNO DE ARAGON

Desenredando el duelo

Edita: Instituto Aragonés de la Mujer (IAM)

Autora: Vanesa Bielsa Soro

Ilustraciones y maquetación: Miguel Bielsa Soro

Depósito Legal: Z 1745-2020

Primera edición: 2023

© De la edición: Instituto Aragonés de la Mujer.

Impreso en España-Printed in Spain.

Se autoriza la reproducción sin fines comerciales de los contenidos de esta publicación citando su origen.

INDICE

1. Presentación 3
2. Asesinato 5
3. Shock 7
4. Negacion 9
5. Revictimización. Amnesia. Trauma 11
6. Culpabilidad 12
7. Miedo 15
8. Rabia 16
9. Sintomas de negación 19
10. Busqueda de apoyo 21
11. Los ninos y ninas perdidos 22
12. No expreso, asi protejo. Rol protector 25
13. Desconfianza. Retraimiento. Angustia 26
14. Aprendizaje emocional 29
15. Nueva revictimización 30
16. Nuevas figuras de apego. Miedo al abandono, adaptación 33
17. Doble duelo 35
18. Tristeza 37
19. Despedida mama 39
20. Sanacion 41
21. Adiós al monstruo 43
22. Camino hacia la aceptación y superación del trauma 45
23. Para cuidadores, cuidadoras y profesionales 46

Decía Gloria Fuertes que para dibujar a un niño hay que hacerlo con cariño.

Esta guía para trabajar el duelo está hecha con el mayor de los cariños y rigurosidad. Pretende ser una herramienta de trabajo para acompañar en el proceso de duelo a los niños y niñas víctimas de violencia de género.

En las últimas décadas hemos vistos grandes avances en materia de igualdad, prevención de la violencia y la protección de las sobrevivientes, gracias a un movimiento feminista fuerte, capaz de marcar la agenda política y colocar en el centro aquellas cuestiones que, además de mejorar la vida de las mujeres, contribuyen a una transformación global de nuestra sociedad, promulgando la redistribución y la justicia social.

Aun así la violencia machista nos golpea cada día, el número de huérfanos y huérfanas menores de 18 años víctimas de violencia de género desde 2013, primer año del que se dispone de información, hasta el 11 de enero de 2023 es de 383 según los datos del Ministerio de Igualdad.

Debemos seguir trabajando para acabar con la violencia de género y que todas las personas puedan vivir libres, sin miedo y en igualdad.

ARROZ CON LECHE VERSIÓN FEMINISTA

Arroz con leche
Yo quiero encontrar
Una compañera que quiera soñar
Que crea en sí misma
Y salga a luchar
Por conquistar sus sueños de más libertad.
Valiente sí, sumisa no.
Feliz, alegre y fuerte ¡Te quiero yo!

María Goikoetxea Bernad,
Directora del Instituto Aragonés de la Mujer.

Hola!

Mi nombre es Mateo.

Y esta era mi familia hasta que mi padre...

Los gritos eran algo habitual en nuestra casa, papá se enfadaba por tantas cosas que Lara y yo no pensábamos que esa noche fuera a ser distinta a las demás, pero... sí lo fue.

Mamá gritó, pidió ayuda, y él me apartó con rabia dándome un fuerte empujón. Me acurruqué junto a Lara llorando y pidiendo que parara cuando, de repente, se hizo el silencio y un portazo retumbó en nuestras cabezas. El miedo que me recorría por la mente durante los últimos años cada vez que papá amenazaba a mamá se cumplió, se acabó, mi mundo se derrumbó... sentí como una parte de mí se moría y se quedaba allí para no volver nunca jamás.

SHOCK SHOCK SHOCK
SHOCK SHOCK SHOCK SHOCK SH
SHOCK
SHOCK SHOCK SH
S

Llegó la policía y yo no me podía mover, estaba paralizado, querían apartarnos de mamá y recuerdo que Lara la abrazaba tan, tan fuerte que tuvieron que cogerla varios agentes para separarla.

Ya nada volvió a ser igual. Me sentí solo, perdido, con muchas ganas de gritar, de pegar y de correr... pero estaba paralizado, como sujeto al suelo con pegamento, sin hablar, sin pensar, sin oír, sin sentir.

A mi alrededor había mucha gente, policías, médicos y familiares que se movían como en un tiovivo dando vueltas, que me abrazaban y hablaban, pero yo no conseguía sentir nada.

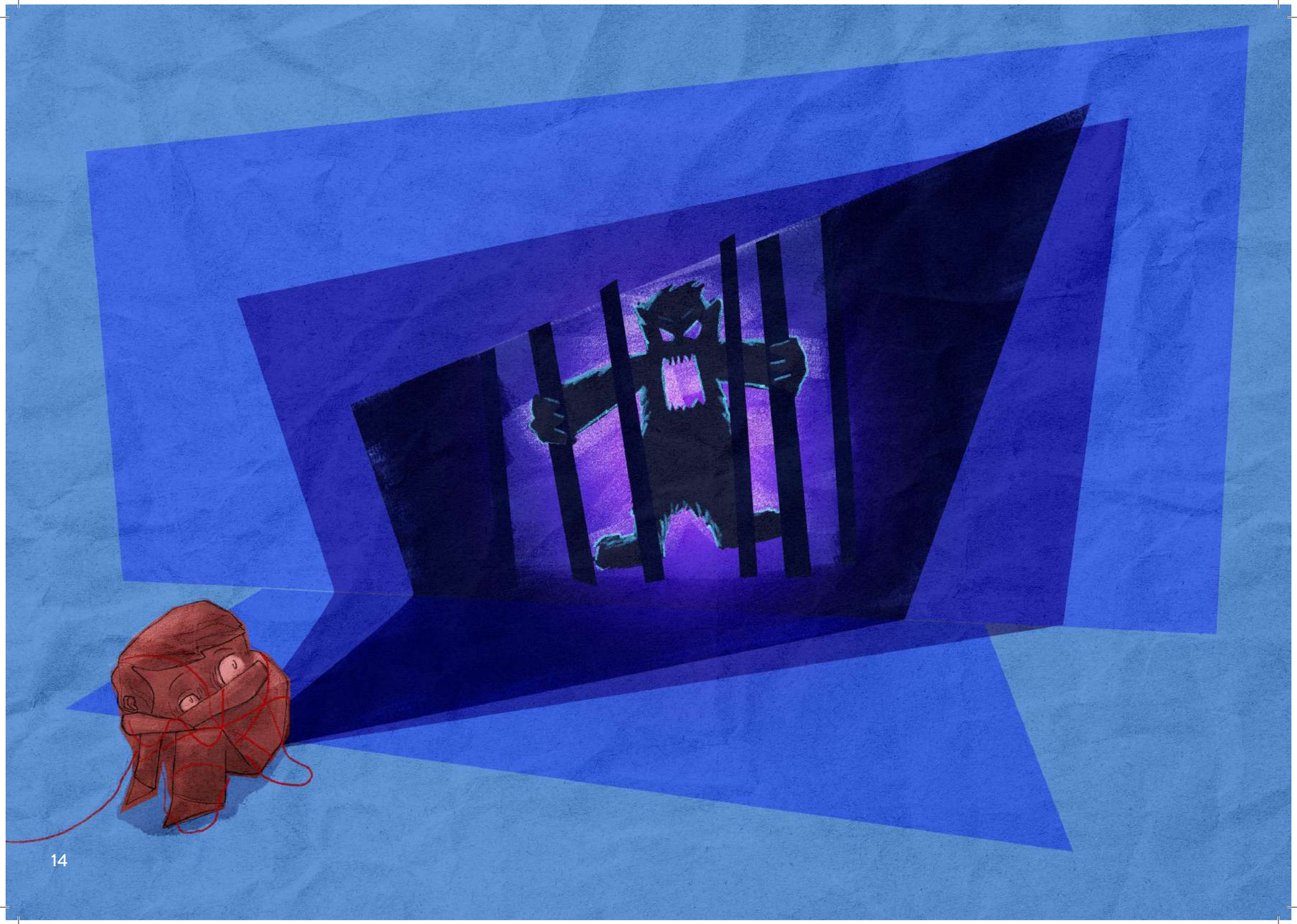
A partir de entonces nos fuimos con los abuelos a su casa, Lara no paraba de llorar y chillar, a mi me molestaban sus gritos, que me hablaran y me abrazaran, no quería nada más que estar solo.

Y de esta manera pasaron los días, y también los meses. Todas las noches me venían cosas muy raras y feas a la cabeza y que hacían que me despertara gritando, entonces mi abuela acudía y me abrazaba fuerte, acabábamos llorando juntos, pero yo no la sentía. Los dolores de cabeza y de tripa cada día eran más grandes, dejé de hacer los deberes, de ver la tele, de jugar con Lara. Casi todas las mañanas pedía no ir al colegio, las profesoras y profesores me preguntaban continuamente cómo me encontraba, mis amigos a veces me decían que mi madre estaba muerta por culpa de mi padre y yo no podía oír esas palabras... "¿Muerta? MAMÁ, MI MAMÁ... sólo dormía". "Es un sueño" me repetía, "mañana mamá me despertará con un beso de buenos días". Siempre que alguien la nombraba, me tapaba los oídos y me iba a otro lugar donde estar solo.

Un día, la abuela nos llevó a Lara y a mí ante la policía para que les contásemos lo que sucedió en casa aquella noche que tanto quería olvidar. Y tanto lo quería que no pude recordar apenas nada. Cuando Lara les hablaba me venían a la cabeza imágenes de un monstruo feo y peludo echando espuma por la boca, rugiendo y destrozando todo lo que encontraba a su paso.

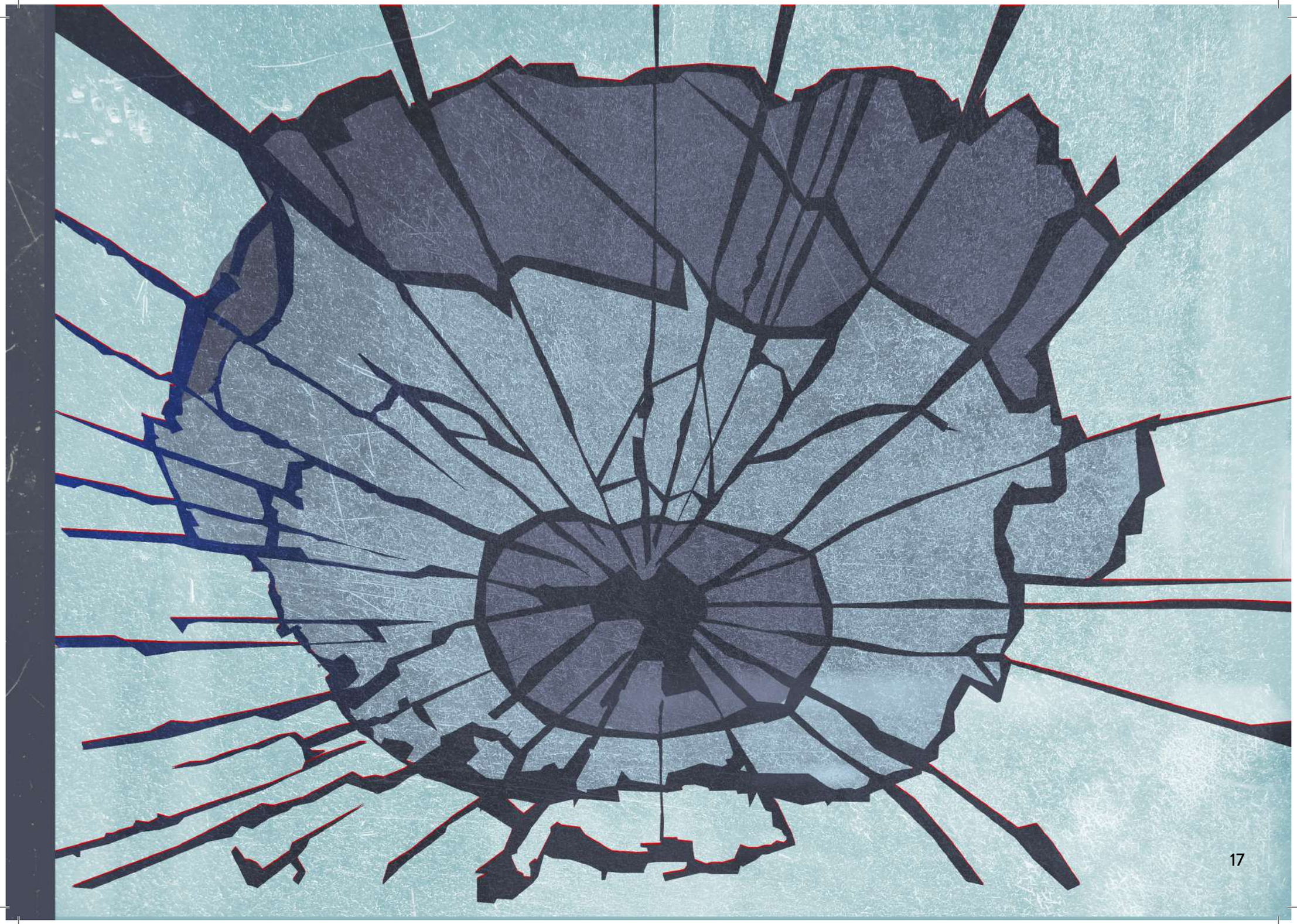
Pasado ya un tiempo, Lara me preguntó de repente, “Mateo, ¿tenemos la culpa de lo que le pasó a mamá?”, yo me encogí de hombros mientras un escalofrío recorría todo mi cuerpo. “¿Por qué piensas eso?” le pregunté a su vez, a lo que Lara me respondió ”no sé, a veces no nos portábamos como papá quería, se enfadaba con mamá por nuestra culpa y, aunque nos castigaba, siempre terminaba pegándole a ella, quizás si hubiéramos sido más buenos...”. También me contó que tenía miedo a portarse mal con los abuelos y que pudiera volver a pasar lo mismo con ellos.

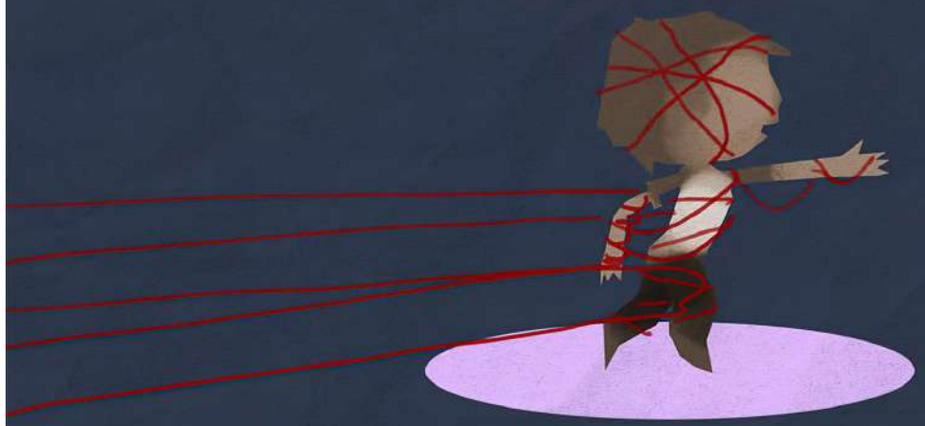
Yo no supe qué contestar, porque en muchas ocasiones me había preguntado por qué no hice nada por evitar lo que sucedió, “tal vez si hubiera pedido ayuda antes, o se lo hubiera contado a tiempo a los abuelos, o avisado a los vecinos... quizás mamá estaría aun con nosotros”. Me atormentaba pensando que no fui capaz de cuidar de la persona que más me había querido, y a la que yo más quería.



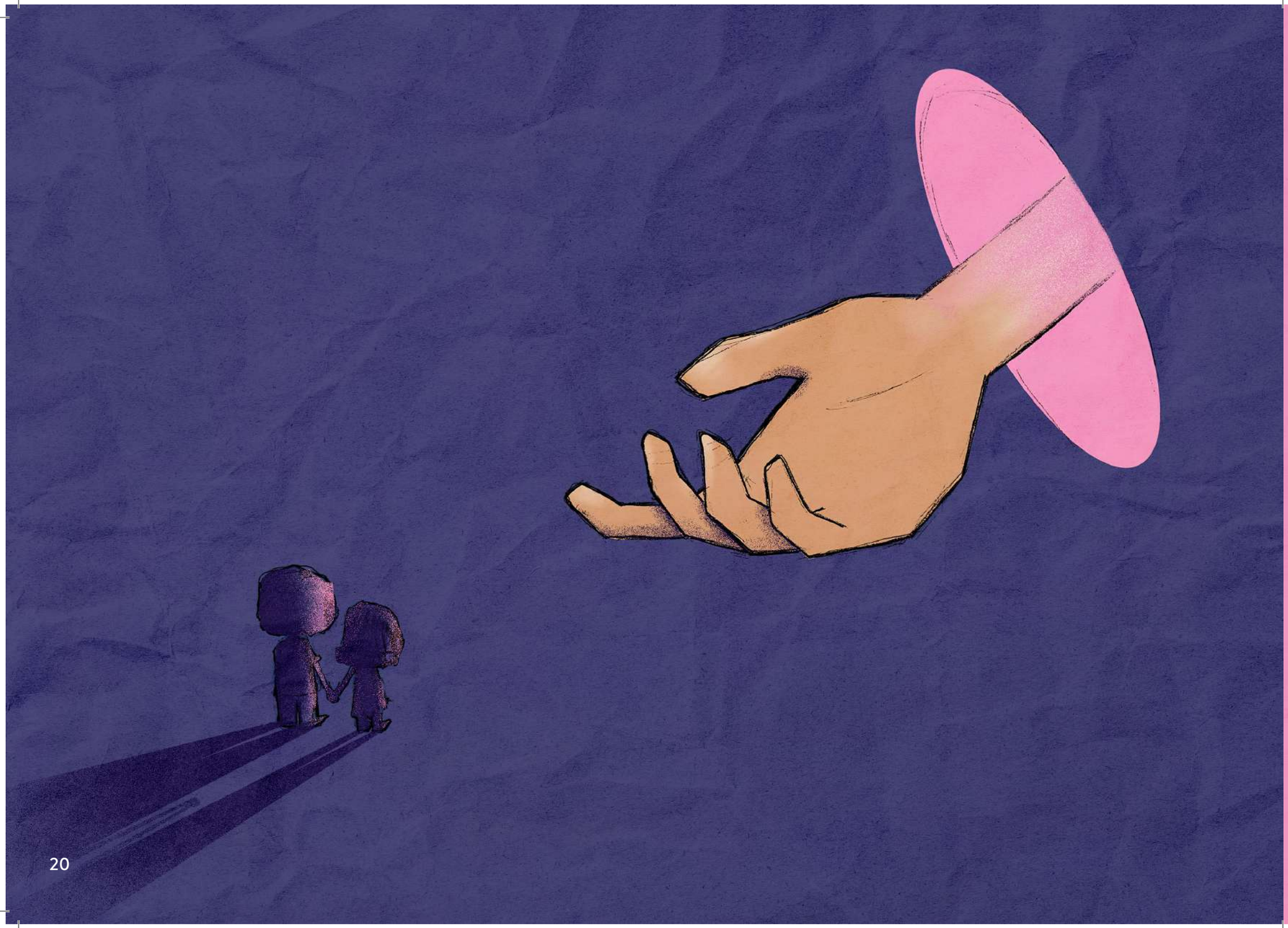
Cuando los abuelos nos contaron que papá estaba en un sitio donde van los mayores que se portan mal, yo ya sabía qué lugar era ese y, deseé que no saliera de allí nunca, sentía mucho miedo y a la vez rabia cada vez que pensaba en él. “¿Y si regresa y nos hace daño a nosotros o a los abuelos?”, ”¿quién nos cuidará si algún día vuelve?”. Me entraban unas ganas enormes de romperlo todo, “¿por qué papá nos había hecho algo así?”, “¡no es justo!”. Yo quería volver a mi casa, con mi mamá y mi hermana, a jugar en mi cuarto, a reír, a bailar, a ser un niño como los demás. ¿Cómo te sentirías si lo perdieras todo en tan solo un instante?

Desde aquella noche no podía dejar de enfadarme por todo y con todos, empecé a contestar mal, a tener problemas en el colegio con mis compañeros/as, a discutir con Lara y con los abuelos, con mis tíos cuando venían a vernos, con el mundo entero. Y la cabeza cada vez me dolía más y tenía más ganas de gritar, “¿POR QUÉ MAMÁ?” y, “¿POR QUÉ A MÍ?”.





De esta manera pasaron más días y más meses, muchos más meses. Lo peor eran las noches, cuando me quedaba a solas con las imágenes que me venían siempre a la cabeza y con mis pesadillas. A veces escuchaba a Lara rezar y prometer que se portaría muy bien a cambio de que mamá volviera, ella siempre se dormía abrazada a mí o a la abuela, no se separaba nunca de nosotros y lloraba si tardábamos en volver a casa cuando salíamos. Sentía que Lara me necesitaba, pero yo no sabía ayudarla...



Pasado un tiempo, la abuela nos dijo que necesitábamos hablar de aquello que pasó con alguien que nos pudiera entender y a la vez ayudar. Yo pensé que ya hablaba con mi hermana alguna vez y me negué, no estaba dispuesto a contarle a nadie todas las cosas malas que sucedieron en nuestra casa. Por su parte, como Lara hacía siempre lo que yo decía desde que no estaba mamá, también se opuso a ello. Finalmente y tras mucho insistir, nos convenció al decirnos que a ella le haría muy feliz que, por lo menos, probásemos para ver si nos podía ayudar. Y así fue como conocimos a Carla, una chica mayor que quiso contarnos una historia.

“Los niños y niñas perdid@s”. Cuando un niño/a pierde a la persona más importante de su vida se dice que está perdido, por eso el nombre de esta historia, porque se queda sin su ser más querido. Esta es la historia de esos niños y niñas.

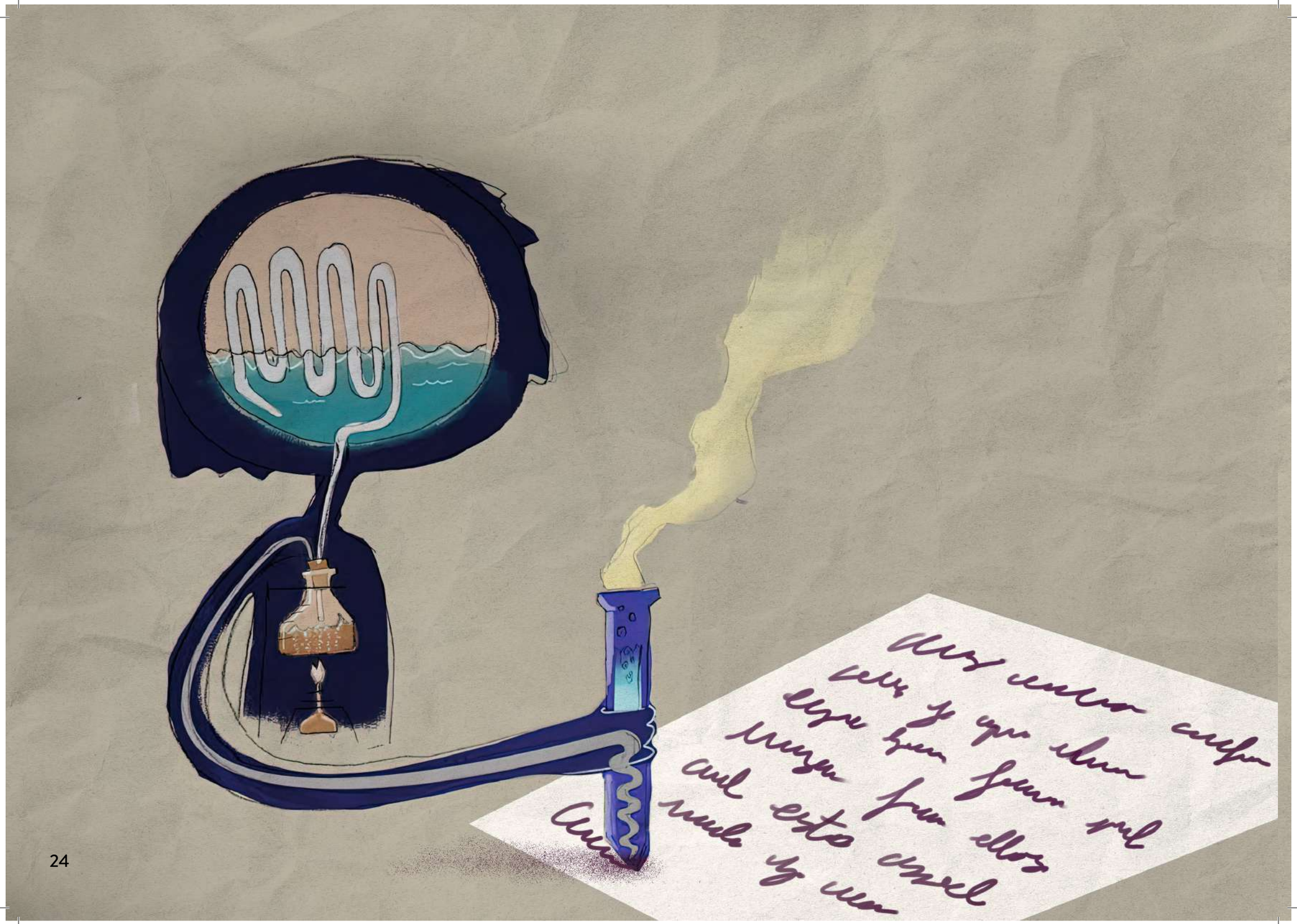
En un lugar muy lejano, había una isla donde vivían los niños y las niñas que perdían a sus mamás, se quedaban allí durante un largo tiempo, el que necesitaban para aceptar lo que habían vivido. Estos niños y niñas tenían padres monstruosos y cada uno lo describía de una manera, unos como un ogro, otros como un bicho espeluznante, algunos como una serpiente venenosa... Todos estos padres habían hecho daño a sus mamás, tanto que éstas ya no volverían a despertar jamás. Algunos de estos monstruos estaban encerrados por ser malos, otros se habían ido para siempre al mismo tiempo que sus mamás, o bien habían desaparecido sin que se volviera a saber nada de ellos. La niña que llevaba más tiempo en la isla sabía muy bien cómo se sentía el resto cuando llegaban a ella, casi todos pensaban que lo que estaban viviendo no era real, que mamá volvería algún día, que no les podía abandonar, que, como en las películas, no podía ganar el malo. Esta niña se encargaba de acogerlos y darles tiempo para que todo se fuera calmando, guiándoles en su camino en compañía del resto de niños y niñas que ya habían pasado por lo mismo. A esta guía se le llamaba Aceptación. La Negación los recibía nada más llegar a la isla, negaba todo lo que había sucedido, quería estar sola todo el rato, siempre empezaba las frases con el NO, “esto no ha pasado”, “no quiero recordar”, “no quiero jugar”. Los niños y niñas nuevos pasaban mucho tiempo con ella, tanto que a veces pasaban meses o años.

Luego atravesaban los caminos con la Rabia e Injusticia, las cuales gritaban, pataleaban, y se enfadaban tanto que parecía que iban a explotar. “El monstruo se llevo a mi mamá y ¡NO ES JUSTO!”, “Lo era todo para mí y ahora no está”. Les hacían cosquillas para que dijeran todo lo que les hacía enfadar. ¿Y a ti niñ@ perdid@ que te hace enfadar ahora?

Escuché a Carla muy atentamente y notaba algo que me recorría por dentro, por un lado no quería escuchar más historias pero por otro me sentía atraído por ellas.

Esa noche soñé que mis abuelos ya no estaban y me quedaba solo, así que esta vez fui yo el que me eché a dormir con mi hermana hasta el día siguiente.

Recordé que Carla me había dicho que las pesadillas salían de aquellos pensamientos malos que tenemos en la cabeza que no expresamos y guardamos en secreto, también que me pidió que escribiese en un papel lo que me hacía sentir enfadado, y que me vendría muy bien compartirlo con alguien.



Yo no sabía con quien hablar sobre esos pensamientos porque la abuela y el abuelo lloraban muchas veces, así que pensé que mejor no supieran que tenía cosas feas dentro de mi cabeza. Lara era tan pequeña que prefería intentar hacerla reír. Mis tíos siempre me decían que se sentían muy felices las pocas veces que me podían ver contento. Así que, me pareció muy buena idea el comenzar a expresarle a Carla todo aquello que sentía y que guardaba dentro de mí. Ella me decía que escribiera lo que se me venía a la cabeza sin pensar, "TE ODIO TANTO, NO QUIERO VERTE NUNCA MÁS, OJALÁ TE HUBIERAS MUERTO TÚ". No sé muy bien qué pasó, pero a partir de entonces comencé a sentirme un poco mejor.

Durante un largo tiempo, todas las semanas nos visitaba Carla y nos contaba historias de la isla de los niños y niñas perdid@s, hacíamos ejercicios de respiración, pintábamos, escribíamos y cada vez le contábamos más secretos. Descubrimos que hay emociones muy diversas, unas te hacen sentir mejor y otras peor, pero todas son necesarias. Cada vez confiábamos más en ella.

Esto no pasaba con el resto de la gente, dejé de confiar en amigos y amigas, profesores/as, conocidos/as de la familia, creía que cualquiera me podía hacer daño. "Si alguien como tu propio padre, que tendría que cuidarte y protegerte siempre, te ha hecho tanto daño, ¿qué te podrían hacer los y las demás?".

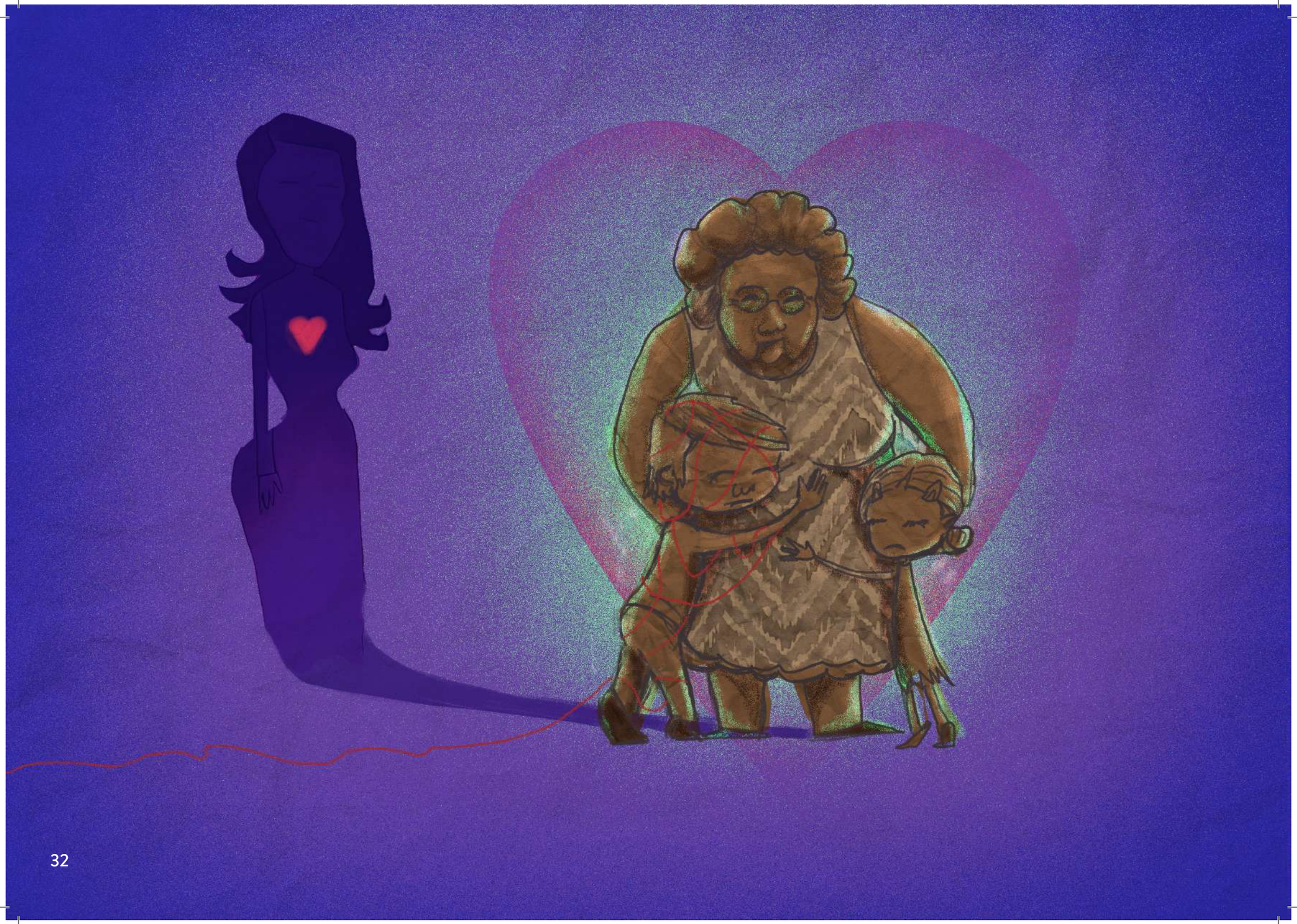
Durante mucho tiempo pensé que yo también había muerto esa noche, no era el de antes y no creía que volviera a serlo nunca más. Nada me hacía ilusión, ni cumpleaños, ni fiestas, ni regalos, a veces incluso pensaba en la forma de poder reunirme con mamá, no quería una vida sin ella. Me gustaba imaginar que seguíamos estando juntos los dos además de con Lara, lo felices que podríamos ser y, sin embargo... "¡qué vacío me encontraba ahora!". A la vez tenía miedo de que el monstruo volviera a aparecer y se nos llevara con él, o que les hiciera daño a mis abuelos o a mis tíos. Me encontraba muy solo y perdido, y únicamente me esforzaba cuando estaba con Lara porque creía que ella necesitaba que alguien le animase.

Carla nos contaba que a los niños y niñas de la isla les resultaba muy difícil expresar lo que sentían, se guardaban todo en su interior lo que les producía dolores de cabeza, de tripa y un vacío enorme en su corazón, también que se pasaban meses sin querer recordar para así sufrir menos. Se sentían abandonados/as, dolidos/as y rabiosos/as. Es así como empezamos a pensar en cosas que podrían hacer para intentar sentirse mejor. Hicimos una lista de todo aquello que se nos ocurrió:

-Si no puedes hablar, dibújalo o escríbelo en un papel.
-Si estas enfadado/a grita mucho y exprésalo.
-Guarda en una caja los recuerdos de mamá que quieras guardar en el corazón.
-Habla con alguien cercano de tus problemas.
-Escribe lo que sientes hacia el monstruo y rómpelo en mil pedazos.

Buscar ideas para los demás era más fácil, aunque cuando dijo Carla que podíamos hacer alguna nosotros ya no lo era tanto.

A los meses, de nuevo tuvimos que volver a contar nuestra historia, ésta vez en un lugar llamado juzgado. Yo ya estaba harto de contar siempre lo mismo, “¿cuándo se iba a terminar esto?”. Me dijeron que era importante para que las personas que decidían qué hacer con papá, el monstruo de mis pesadillas, supieran tomar una mejor decisión. Pedí que Carla que me acompañara porque tenía mucho miedo y rabia, y ella sabía cómo ahuyentarlas.



La adaptación a nuestra nueva vida no era fácil, vivíamos con los abuelos y nos querían muchísimo, pero no nos podían ayudar con los deberes, muchas veces estaban ocupados porque tenían que ir a muchos sitios y rellenar muchos papeles para que pudiéramos vivir con ellos, no hacían las cosas como mamá las hacía y además la echaba tanto en falta que cuando pensaba en ella se me ponía un nudo en la garganta que no me dejaba respirar bien. Lara estaba siempre pegada a mí o a la abuela, empezó a tener miedo a la oscuridad, a los ruidos fuertes, a dormir sola, y todas las noches nos hacía prometer que no nos íbamos a morir. Yo intentaba ser fuerte por ella, pero a veces no podía soportar tanto dolor y me dejaba llevar por él.

Comencé a sentir culpa por la parte de mí que se sentía aliviada de no tener que seguir viviendo con aquel monstruo que tanto me asustaba, al que le tenía terror en cuanto entraba por la puerta, que me castigaba por cualquier cosa que no le gustase, que no me dejaba llevar amigos a casa y que tantísimas veces me hizo llorar. El mismo monstruo que pegaba e insultaba a mamá mientras Lara y yo temblábamos de miedo, asustados siempre por pensar que algún día pudiera ocurrir algo terrible, como finalmente terminó pasando. Culpabilidad porque lo que me aliviaba se llevo a mamá para siempre.

Carla me contó que era normal que me sintiese de esa manera y que no tenía la culpa de nada de lo que sucedió aquella noche, y menos aun, de lo que podía estar sintiendo ahora, porque de una manera muy intensa nos pasó lo mejor y lo peor al mismo tiempo. Desde hacía mucho tiempo soñaba y deseaba que papá se fuera de casa y saliese de nuestras vidas, pero a la vez nos dejo sin mamá.

Bienvenido
a la
tristeza

Los niños y niñas perdid@s debían expresar y sacar de su interior todos aquellos sentimientos malos que guardaban dentro para así conseguir avanzar. Nos contaba Carla que la culpabilidad era el más común en todos ellos, pasaban mucho tiempo intentando que todo volviese a ser como antes y pensando qué cosas podían haber hecho distintas. La mente necesita un tiempo para asimilar algo tan horrible por eso se quedaban días y meses sin poder continuar el camino, Con ayuda se consigue avanzar y, a partir de ahí, se encuentran con la Tristeza, que les acompañará a partir de ese momento. A veces, lo más fácil es evitar pensar en las cosas que nos ponen tristes para no sentirnos mal, pero si no las expresamos nunca podremos salir de la isla. Sin lluvia no sale el arcoíris, y éste sale siempre con el sol.

Yo no quería estar triste y preocupar a mi familia, no quería pensar en aquellos recuerdos que me traían a mamá a la mente, ya que siempre me aparecían las imágenes de aquella noche. Pero Carla nos propuso unas tareas que nos ayudarían tanto a Lara como a mí:

-Buscar fotos de mamá con nosotros, poner alguna en nuestra habitación y el resto guardarlas en la caja de recuerdos.

-Escribir en un papel esos recuerdos que nos da tanto miedo olvidar para meterlo también en la misma caja.

-Guardar algún objeto personal que le perteneciera, como un pañuelo, una joya, para poder abrazarlo cuando nos sintamos más tristes.

-Escribir una carta donde expresar lo que no le pudimos decir y que nos gustaría que supiera, hacerle ver todo lo que la seguimos queriendo y, por último, despedirnos de ella.

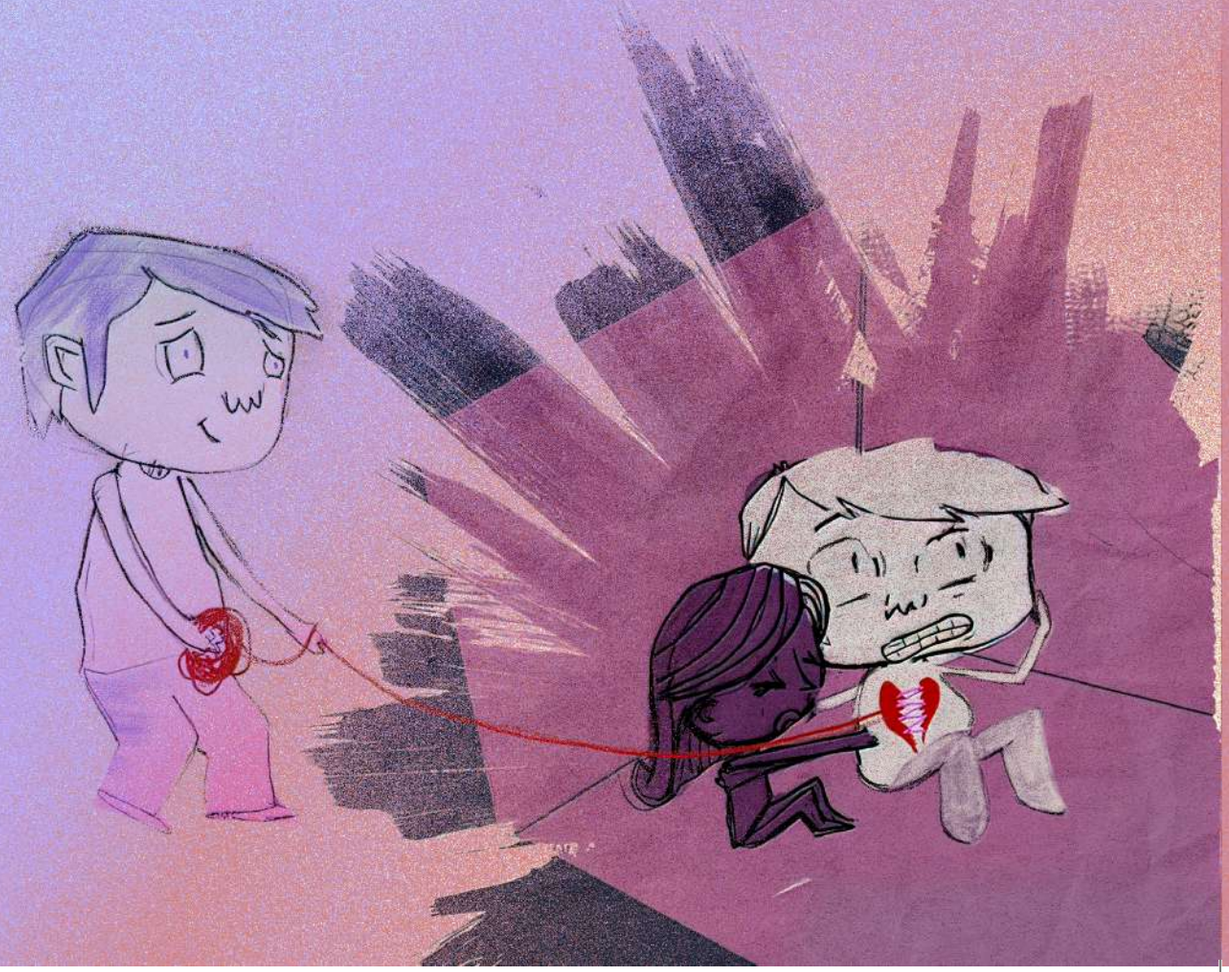
No estaba preparado para despedirla, no quería hacerlo... pero Carla nos contó que se trataba de una despedida simbólica para que nuestra cabeza pudiera aceptar que ya no está. De ella no nos despediremos nunca porque estará presente en todos nuestros logros y en todas las cosas que hagamos, acompañándonos siempre en nuestras vidas. Seguirá viva en nuestra mente mientras la recordemos y la tengamos en cuenta, solo que... de una manera distinta, sin poder verla, tan solo sintiéndola.

Pasaron más de dos años hasta que pude escribirle y, mientras lo hacía, derramé tantas lágrimas que podría haber llenado un mar entero. Fue muy doloroso en el momento, pero cuando pasaron los días empecé a encontrarme mejor, tenía más ganas de hacer cosas, de jugar, poco a poco volví a sonreír y pensé que empezaba a estar preparado para abandonar la isla de los niños y niñas perdid@s.

Comencé también a sentir a mis abuelos más cerca de mí, como si estuviera rompiendo una barrera que era invisible pero a la vez muy dura. Aunque las pesadillas y los despertares continuaban muchas noches, pensé que quizás tenía que acostumbrarme a ellas.

ADIÓS
adios

Empecé a hacer dibujos relacionados con el monstruo todas las veces que venía a la cabeza, porque recordé aquello que me dijo Carla muy al comienzo de empezar a verla, que lo que no expresamos se nos queda siempre en nuestro interior y nos provoca malestar y sufrimiento. Con ayuda de ésta, también escribí otra carta dirigida a mi padre. En ella, daba rienda suelta a todo aquello que pensaba y sentía, al odio y la rabia interior, al rencor... y por fin, me despedí de él con un ADIÓS para siempre. Había decidido que no lo quería nunca más en mi vida ni en la de Lara, y es así como se lo transmití.



El dolor que sentía por mamá se fue calmando y, después de haberme dejado guiar por la rabia, el enfado, la culpa y la tristeza siempre acompañadas de ese dolor, éste se iba empequeñeciendo poco a poco y, cada vez, ocupaba menos espacio dentro de mi cabeza y de mi corazón, dejando sitio así para otras emociones que me hacían sentir mejor

Pasaron años y más años... y aquí estoy con la nueva familia que construí. No puedo decir que haya sido un camino fácil, al contrario, pero puedo asegurar que con ayuda se lleva mejor. Aún no estoy seguro de si pude salir de la isla del todo, quizás nunca lo haga, ya que a día de hoy todavía me sigue guiando la niña que más tiempo llevaba en ella, la ACEPTACIÓN. Sé que una parte de mi mente sigue estando allí con los niños y niñas perdid@s, lo sé porque en ocasiones sigo teniendo pesadillas y la sensación de un enorme vacío, pero lo que sí sé también, es que todo el aprendizaje en emociones, el apoyo de los abuelos, los tíos, Lara, Carla y los niños y niñas de la isla, me ayudaron a dejar atrás los malos recuerdos y a fijarme cada día más en los buenos que tuve y tengo.
Aceptar el pasado para construir el presente y el futuro es nuestra lucha diaria de la que sé que, con la ayuda de MAMÁ, lo conseguiré.

PARA CUIDADORES, CUIDADORAS Y PROFESIONALES.

En la historia de “El camino del duelo en niños y niñas perdid@s” se pretende dar visibilidad a los huérfanos de los asesinatos machistas, acercándonos a su proceso de duelo. Esos niños y niñas tienen que vivir o sobrevivir a un duelo terrible. Se enfrentan con una doble situación traumática, asumir el asesinato de su madre e integrar que éste ha sido cometido por una persona con la que están también vinculados emocionalmente, su mundo se tambalea ante las dos personas que seguramente sean sus referentes de apego.

Esto conlleva elaborar dos duelos al mismo tiempo, el de la muerte de su madre y la desaparición o ausencia de su padre, sumado a que probablemente sus nuevos/as cuidadores/as estén experimentando el duelo de la misma pérdida, sin olvidar que son niños y niñas traumatizados por la historia de violencia familiar en el hogar. Esta situación se vuelve devastadora para los y las menores la cual supone un terrible daño psicológico con el añadido, en ocasiones, de ser testigos del asesinato de su progenitora. Y todo este camino lo deben recorrer sin su principal figura de apego, su madre.

La muerte de la madre en estas circunstancias supone la ruptura y/o muerte de su sistema familiar, ya que al ser el padre quien ha cometido el asesinato es imposible recomponerlo. El modelo de referencia que tenían y en el que confiaban ha fallado, así que no es fácil para estos niños y niñas confiar en otros adultos. Es muy probable que se conviertan en niños más desconfiados, asustados, retraídos y menos accesibles en general, de ahí la metáfora de la isla incluida en su historia.

Por todo esto mencionado, estos duelos fácilmente acaban convirtiéndose en patológicos. La intervención temprana y los factores protectores en este proceso, serán de vital importancia.

Como he expuesto no es un duelo común y como tal tiene sus peculiaridades, las cuales se intentan transmitir en el relato del cuento “El camino del duelo en niños y niñas perdid@s”. En general las fases de sus duelos son más intensas y prolongadas, es decir, necesitan más ayuda para sobrevivirlo. Se convierte en un duelo con un trauma asociado que les condiciona la niñez y en muchos casos la vida adulta. La fase de shock, negación o disociación, común en los primeros momentos del duelo, suele prolongarse en el tiempo. La mente de estos niños y niñas no están preparadas para semejante impacto y éstos escapan de tal dolor negando y creando una fantasía acerca de lo ocurrido que en muchas ocasiones puede provocar que las consecuencias no sean inmediatas, sino más a largo plazo. Los testimonios de adultos nos muestran que el bloqueo emocional puede durar años e incluso no desaparecer.

Los sentimientos de culpabilidad son muy profundos, se hallan en muchas ocasiones en la ambivalencia de alivio de perder a la figura paterna, pero terriblemente afectados por la muerte de la madre, unido al sentimiento de culpa de haber actuado de otra manera para evitar lo ocurrido.

La rabia, impotencia y tristeza suelen estar presentes en sus vidas de una manera intensa y la forma de gestionarlas suele estar afectada. Son niños y niñas que han convivido con la violencia en su hogar desde que han nacido, lo cual nos indica que seguramente en su niñez han aprendido de un modelo inadecuado de referencia en cuanto a muchos aspectos que se desarrollan a esas edades, como estilos de comunicación, manejo de emociones, habilidades sociales, seguridad y protección, y lazos afectivos entre otros. Esto complica la manera de elaborar el duelo adecuadamente sin la ayuda de profesionales.

Su duelo se ve condicionado a su vez por el impacto mediático que tiene dicho asesinato en la sociedad. Estos niños y niñas se sienten estigmatizados en el colegio y en su red social. En ocasiones dicha situación les obliga a cambiar incluso de colegio y amistades, para evitar sentimientos de vergüenza por lo sucedido.

Otro hándicap con el que se encuentran en su camino es el hecho de que los cuidadores/as que pasan a ser de referencia para estos niños y niñas, suelen atravesar el mismo duelo ya que seguramente habrán perdido a su hija o hermana, que junto a toda la burocracia necesaria, no les permite estar al completo ni emocionalmente ni en presencia ante las necesidades actuales de estos y estas menores. Testimonios de los nuevos cuidadores recalcan que les lleva meses incluso años tramitar todos los papeles necesarios para legalizar la nueva situación.

Esta guía pretende ser de utilidad para cuidadores, cuidadoras y profesionales en general que trabajen con niños y niñas que han sufrido estas pérdidas. A través de esta historia se pretende que estos menores al identificarse con otros relatos similares a los suyos propios, puedan permitirse exteriorizar emociones y verbalizar hechos que puedan encontrarse anclados y/o bloqueados.

Para que los niños y niñas perdid@s encuentren a través de sus guías y acompañantes algo de luz en su sombrío camino hacia la ACEPTACIÓN sin perder el hilo.

Vanesa Bielsa Soro.