

# Duelo por Abandono

VI Congreso de Duelo  
duelos difíciles y patológicos

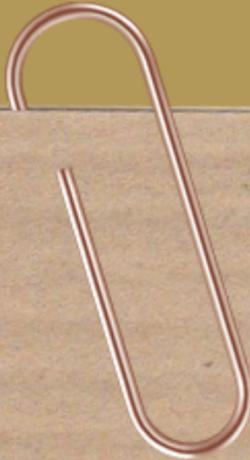
visited the Great Basket ... and fell in love with it.  
... to rebuild the village as a holiday



## Duelo Difícil

Es el proceso de adaptación de una pérdida que tiene componentes que van más allá de la pérdida percibida y que necesitan un proceso de conciencia que involucre una introspección mayor, así como la revisión de las herramientas personales.

- Parece no avanzar.
- Es confuso su origen.
- Tiene más que ver con duelos rezagados.
- No aceptan la sensación de abandono.
- Les cuesta trabajo identificar sus emociones.
- No concretan acciones.



## Concepto

**La noción de abandono hace referencia al acto de dejar de lado o descuidar cualquier elemento, persona o derecho que se considere posesión o responsabilidad de otro individuo.**

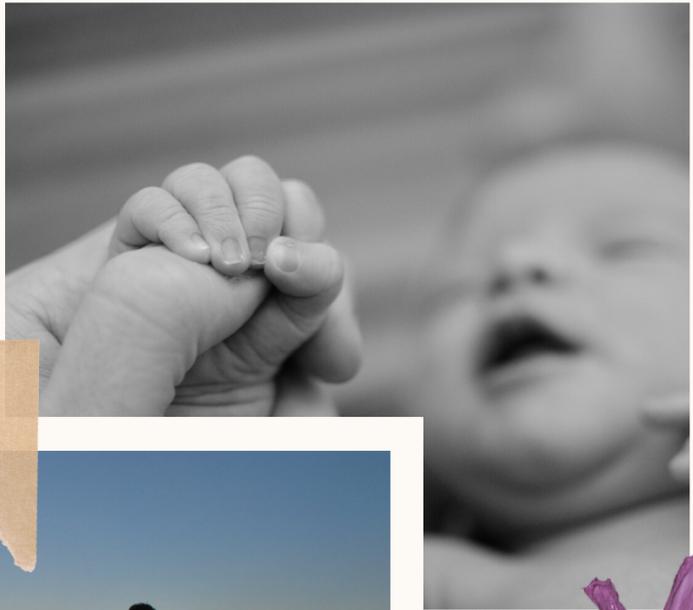


La palabra originada en el vocablo francés "abandoner" con el significado de dejar a algo o alguien desprotegido, sin cuidado y librado a su destino.

## **Tipos de Abandono**

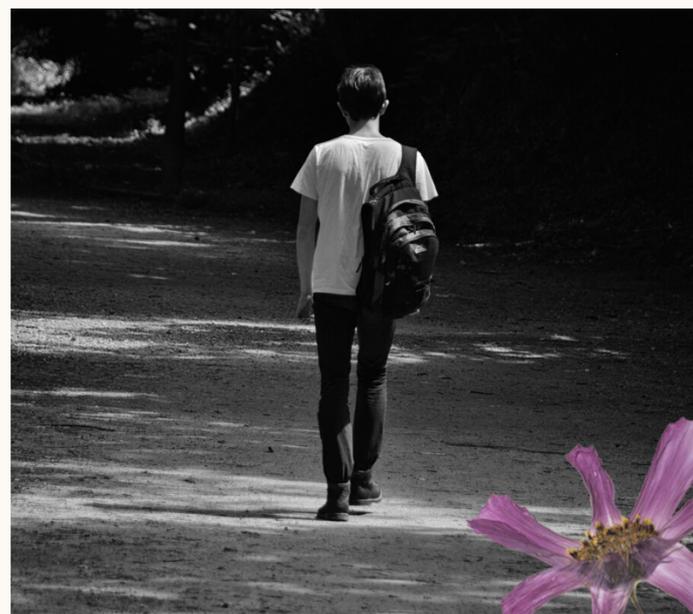
- De los padres
- De los hijos
- De los hermanos
- De los amigos
- De la pareja
- De uno mismo
- De Dios





## Tipos de abandono por áreas de la vida

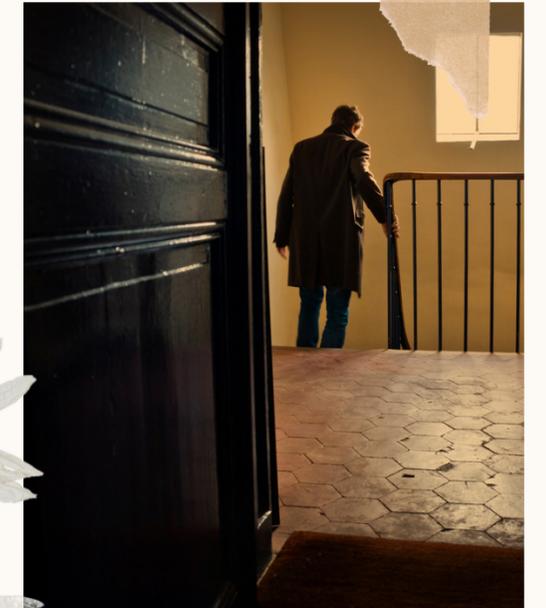
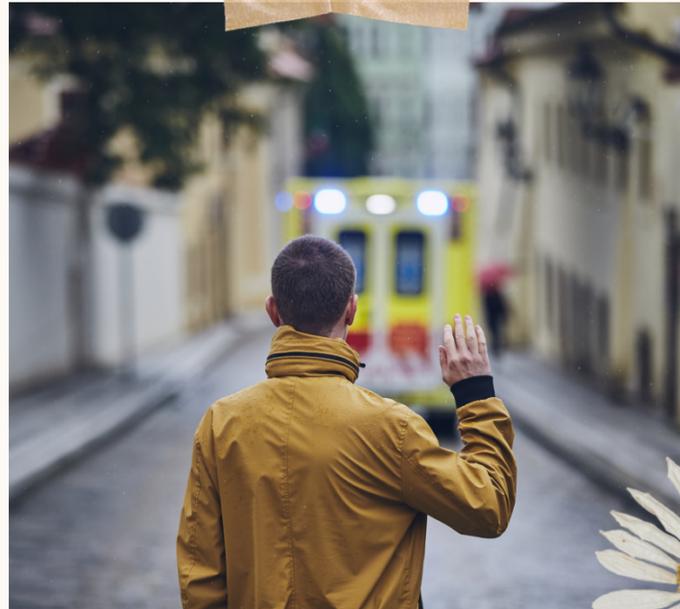
- Abandono físico
- Abandono psicológico
- Abandono social
- Abandono espiritual



**La vivencia de abandono no tiene  
que ver siempre con un  
comportamiento real de abandono  
por parte de los padres sino que  
otras circunstancias pueden  
favorecer el surgimiento esa  
vivencia**

## Circunstancias que contribuyen a la sensación de abandono

- Atención a otros hermanos.
- Desvío de atención por familiar enfermo.
- Trabajo
- Ceder el cuidado a terceras personas.
- Muerte de uno de los padres o responsables.
- El alejamiento por hospitalizaciones.

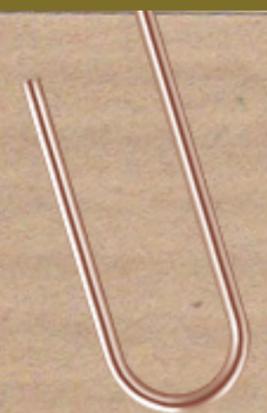


**La falta de atención, interés, cuidado o protección por parte de los padres hace que el niño se sienta abandonado y solo.**

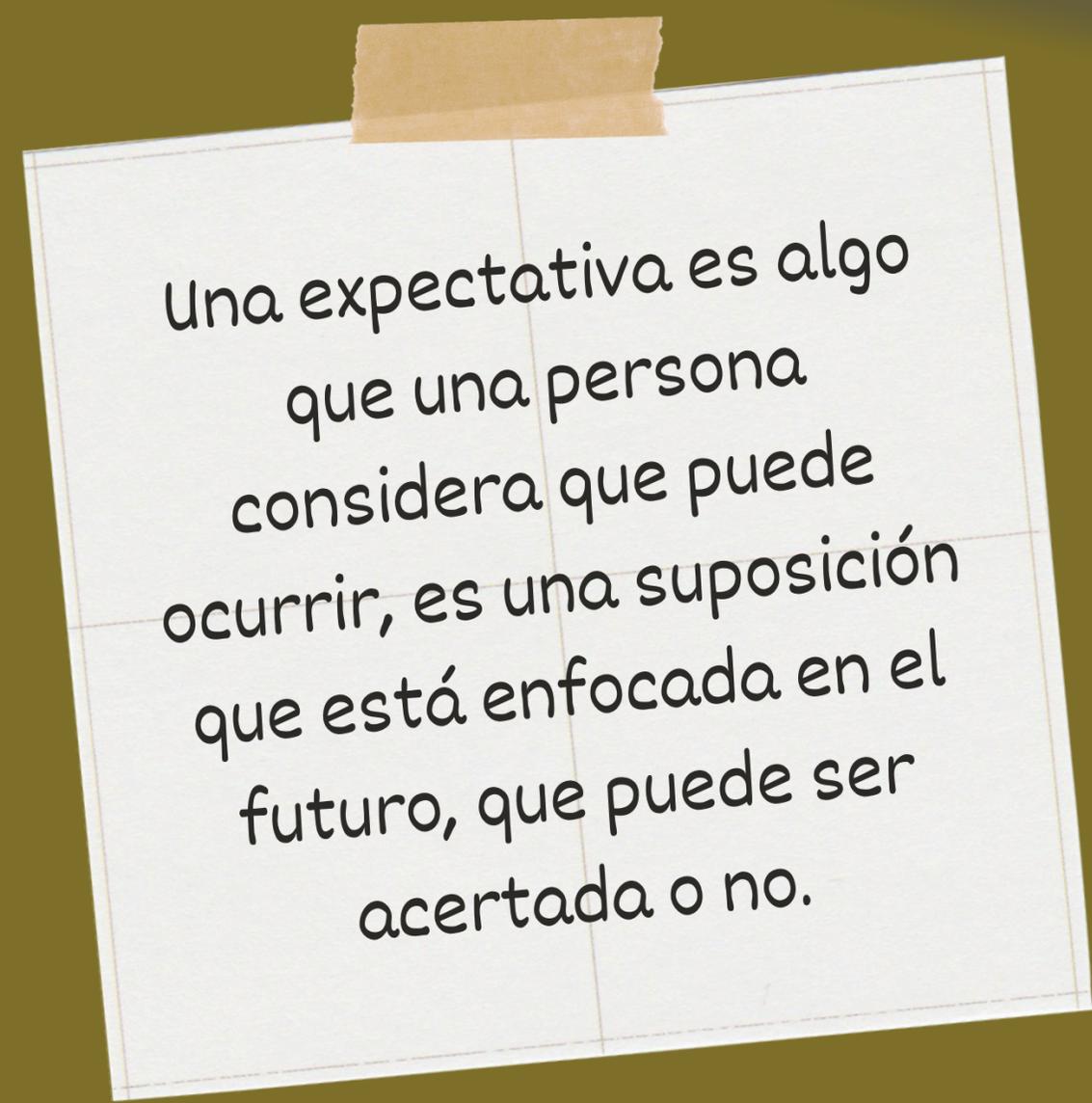
# **Personalidad Resiliente**

El significado de resiliencia es la capacidad que tienen las personas para recuperarse de situaciones complicadas y seguir avanzando hacia el futuro. Estas personas se aprovechan de las dificultades o los traumas difíciles que viven para obtener un beneficio que le permita obtener recursos útiles para el futuro.

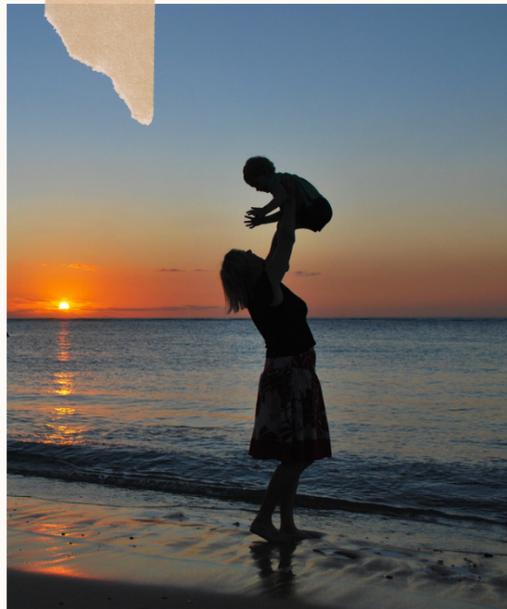
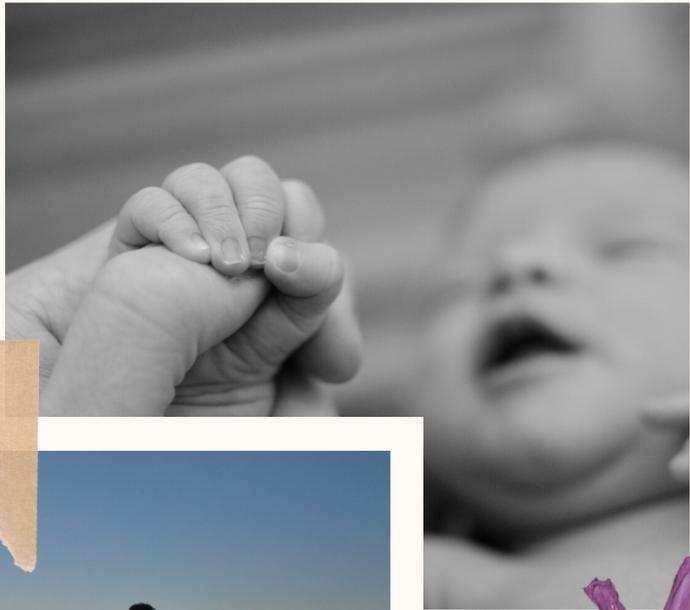




**La necesidad y el expectativa son dos conceptos diferentes, que en ocasiones pueden llevar a la confusión, pero mientras la necesidad se refiere a las cosas imprescindibles para vivir, la expectativa es la posibilidad de que un acontecimiento suceda. No se trata de una simple ilusión, sino de un hecho probable con fundamento.**



Una expectativa es algo que una persona considera que puede ocurrir, es una suposición que está enfocada en el futuro, que puede ser acertada o no.



## Desarrollo Psicosocial de Erik Erikson

1. Confianza vs Desconfianza. ...
2. Autonomía vs Vergüenza y duda. ...
3. Iniciativa vs Culpa. ...
4. Laboriosidad vs Inferioridad. ...
5. Exploración de la Identidad vs Difusión de Identidad. ...
6. Intimidad frente al Aislamiento. ...
7. Generatividad frente al Estancamiento.

## Manifestaciones de abandono en la infancia y adolescencia

Dificultad para el aprendizaje;  
Falta de concentración;  
Problemas de atención en el  
colegio;

Pesimismo;

Tristeza;

Baja autoestima;

Necesidad de ser aceptados;

Miedo al rechazo;

Víctima de maltrato por parte  
de otras personas;  
Predisposición al consumo de  
sustancias ilegales;

Timidez;

Rebeldía;

Inseguridad;

Desconfianza;

Consumo de alcohol, entre  
otras.



**Todos estos signos derivados del síndrome del niño abandonado se irán arrastrando hasta la edad adulta y se convertirán en un problema al momento de relacionarse con otros.**





## Resultantes de la sensación de abandono en la vida adulta

- Fuerte inseguridad en las relaciones afectivas con un miedo excesivo e irracional acerca de la idea del abandono por parte de la pareja.
- Comportamientos defensivos ante la posibilidad de abandono: posesividad o dependencia excesiva sobre la pareja.
- Sobrevaloración e idealización de la pareja. Si el abandono de los padres ha hecho sentir al niño que es poco valioso, éste de adulto va a sobrevalorar a la pareja que le haga caso.

- **Sentimientos de inferioridad en las relaciones afectivas. El sujeto cree que no es capaz de dar la talla en una relación sentimental y que más pronto que tarde será abandonado.**
- **Actitud derrotista y de fracaso por anticipado en cualquier relación. De ahí que una de las manifestaciones de este esquema es la de no comprometerse en las relaciones de pareja ya que el sujeto teme ser abandonado.**





Es comprensible que el sujeto busca relacionarse con personas que favorecen repetir el mismo patrón de sentimientos de abandono. Pueden ser personas poco comprometidas, frías o infieles.

## Acciones previas para elaborar el duelo por abandono

- Trabajar la autoestima para que se sienta capaz de ser y lograr sus objetivos.
- Reafirmar el derecho de autocuidado y ser sujeto de afecto y amor por parte de los otros
- Entrenar la autonomía. Tomar decisiones en base a sus metas y llévalas a la acción.
- Responsabilizarse de el mismo y fomentar la automotivación
- Cambiar tu posición de víctima y espectador a protagonista dueño de sí y de sus decisiones con responsabilidad.



## Identificación de creencias

Son aquellas que bloquean a las personas a la hora de conseguir sus objetivos. ... Pueden aparecer en un momento determinado a través de algún tipo de experiencia, o comentario poco afortunado que ha conseguido hacer creer a esa persona que no está capacitada para lograr algo en concreto.

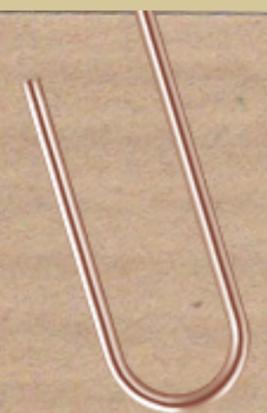


**Humanizar a quien se considera abandonador**

**Ser empático con los otros y con uno mismo**

**Liberarlo y perdonar**

**Volver a ser el protagonista de la propia vida**



## **Reasignar las creencias limitantes por creencias razonables**

Nuestros recuerdos siempre son modificados por nuestras percepciones y deseos, en la manera de lo posible hablar con los involucrados de lo contrario hacer rituales de sanación

ayudar a identificar los mecanismos de defensa que han sido utilizados al paso de los años

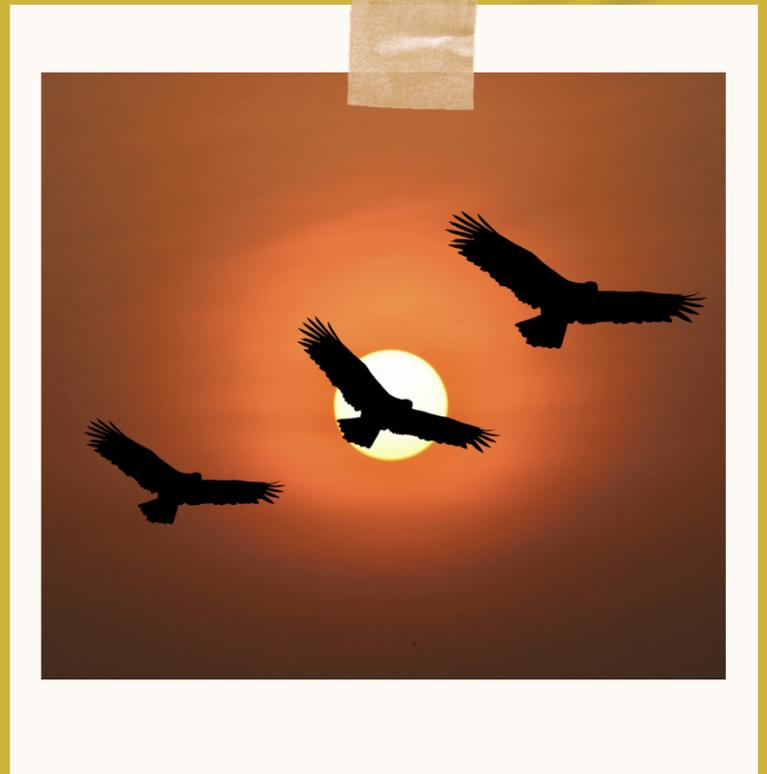


**Reafirmar el sentido de vida y reflexionar si las herramientas, las actitudes, los valores y las creencias ayudan a caminar o solo detienen el desarrollo humano y existencial.**

**Si es necesario no aplazar la visita a un profesional de la salud mental para la evaluación, diagnóstico y administración de fármacos.**



**"Y pude vivir en paz cuando entendí que mi mundo es en base a lo que percibo, a lo que hago consciente y en lo que decido creer y desde ahí me puedo comunicar con otros mundos sin imponer mi idea, ni doblegarme a la de nadie, solo siendo tolerante.**





**Gracias**

**Mtro. Cliserio Rojas Santes**

