

Artículos seleccionados

Narrativas de duelo: construir presencia desde el Trabajo Social.

María Constanza Varela^a

Fecha de recepción: 6 de marzo de 2026
Fecha de aceptación: 22 de mayo de 2026
Correspondencia a: María Constanza Varela
Correo electrónico: mariaconstanzavarela@gmail.com

a. Magíster en Cuidados Paliativos. Trabajadora social del Hospital Argerich. Docente "Cuidados Paliativos. Intervenciones sociales ante enfermedades que amenazan la vida" de la Carrera de Trabajo Social (UBA) y de la Especialización en Psicogerontología (UAA).

Resumen:

El duelo que conlleva la pérdida de un vínculo cercano constituye una experiencia desestructurante que moviliza recursos personales, espirituales y relacionales transformando la relación con uno mismo, sus vínculos y su entorno social. Implica un quiebre identitario, no sólo se trata de la pérdida de una relación, sino la transformación de parte de nuestra identidad construida en función del vínculo perdido.

Las normas sociales y culturales que privilegian la productividad y la fortaleza emocional dificultan la validación de manifestaciones de tristeza o vulnerabilidad. Así las personas en duelo suelen encontrar escasas posibilidades para expresar su dolor, inclusive dentro del entorno cercano que impone la necesidad de ser fuertes y moderados en la expresividad del dolor.

El presente artículo se inscribe en la intervención del Trabajo Social en procesos de duelo, entendiendo que este tipo de acompañamiento es posible en diversos ámbitos en los que intervenimos tanto en contextos institucionales o comunitarios.

Ricoeur nos permitirá aproximarnos al acompañamiento en duelo en clave narrativa. Desde su enfoque, el relato se presenta como medio fundamental para tejer sentido frente a la pérdida. Se tomará la concepción del tiempo de Bergson para tensionar la tendencia a patologizar el duelo estableciendo plazos normativos para la pena. ¿Cuánto tiempo se necesita para encontrar sentido a lo que se presenta como inexplicable?, ¿Qué temporalidad puede abarcar el dolor? Estas preguntas guiarán nuestra reflexión en torno a los modos posibles de acompañar los procesos singulares que configuran la experiencia del duelo.

Palabras clave: Duelo - Narrativa - Trabajo social.

Summary

Grief following the loss of a close bond constitutes a destabilizing experience that mobilizes personal, spiritual, and relational resources, transforming one's relationship with oneself, with significant others, and with the social environment. It implies an identity rupture: it is not merely the loss of a relationship, but the transformation of part of an identity constructed around that bond.

Social and cultural norms that privilege productivity and emotional strength hinder the validation of expressions of sadness or vulnerability. As a result, people in grief often find few opportunities to express their pain openly, even within their immediate social circle, where the pressure to remain strong and restrained in the expression of suffering tends to prevail.

This article is grounded in Social Work intervention in grief processes, understanding that this form of accompaniment is possible across the diverse settings in which we practice, both in institutional and community contexts.

Ricoeur will allow us to approach grief accompaniment through a narrative lens. From his perspective, narrative emerges as a fundamental means of weaving meaning in the face of loss. Bergson's conception of time will be drawn upon to challenge the tendency to pathologize grief by imposing normative timelines for mourning. How much time is needed to find meaning in what presents itself as inexplicable? What temporality can encompass the vastness of grief? These questions will guide our reflection on the possible ways of accompanying the singular processes that shape the experience of loss.

Key words: Grief; Narrative; Social work.

Introducción

*"Sin la posibilidad de duelo, no hay vida,
hay algo que vive que es distinto a una vida.
Hay una vida que nunca habrá sido vivida,
mantenida por ninguna mirada, por ningún testimonio,
y que no será llorada cuando se pierda"*
Judith Butler (2010, p.32)

El duelo que conlleva la pérdida de un vínculo cercano, constituye una experiencia desestructurante en tanto moviliza en los sujetos recursos personales, espirituales y relacionales transformando la relación con uno mismo, con sus vínculos afectivos y con su entorno social. En este sentido, como se desarrolló en anteriores escritos (Varela, 2023) implica un quiebre identitario ya que no solo se trata de la pérdida de una relación, sino la desaparición de un rol que constituye parte de nuestra identidad. El duelo, en tanto disrupción biográfica nos presenta el desafío de trabajar sobre '¿quién soy ahora?' teniendo en cuenta que no volvemos a ser los mismos luego de una pérdida importante. Y a su vez puede invalidar nuestro mundo de 'supuestos', aquellos valores y creencias que hasta ese momento estructuraban nuestro

Ser. Neimeyer (2002) fue uno de los primeros autores en desarrollar esta perspectiva constructivista, cuestionando que el duelo se trate de una respuesta 'natural' a las pérdidas, ni que se pueda caracterizar por síntomas, estadios o etapas universales. El autor destaca la importancia de entender el duelo como un proceso de reconstrucción de significados que implica el cuestionamiento de aquellas convicciones que guían nuestra vida previo a la muerte de un vínculo afectivo, impactando en nuestra construcción identitaria. Las pérdidas importantes de nuestra vida dificultan los esfuerzos por mantener una auto-narrativa coherente, provocando una revisión sustancial de los objetivos de nuestra vida a corto y largo plazo (Neimeyer, 2022).

Si bien cada proceso de duelo está caracterizado por la singularidad del sujeto, no se puede ignorar que se transita en contextos sociales y culturales que normativizan cómo se debe expresar el dolor, cómo se ritualiza la ausencia y cómo se reconfiguran los vínculos luego de la muerte. Es decir, de acuerdo al contexto histórico, político y cultural se determinan cuáles son las maneras posibles y legítimas de atravesar dicho proceso. Durante el último siglo, se observa que progresivamente se fué

limitando la posibilidad de compartir socialmente la experiencia del duelo. En la sociedad actual la expresión del dolor y la tristeza son juzgados como síntomas de debilidad, por lo cual se promueven a ser ocultados y experimentados en la intimidad (Chul-Han, 2021). Las normas sociales y culturales que privilegian la productividad, la fortaleza emocional y la apariencia de bienestar dificultan la validación de manifestaciones de tristeza o vulnerabilidad. Es así que, las personas en duelo suelen encontrar escasas posibilidades para expresar abiertamente su dolor, inclusive dentro del entorno más cercano (familia, amistades, espacios laborales o comunitarios) ya que se impone la necesidad de ser fuertes, de vivir la angustia en soledad y de ser moderados en la expresividad del dolor. En este sentido, Chul-Han afirma que “la relación que tenemos con el dolor revela el tipo de sociedad en la que vivimos” (2021, p.14). Se tiende a no reducir la productividad, ni actividades de la vida social incluso luego de una muerte cercana, quedando apenas pequeñas grietas para repensar(se) en relación a las implicancias subjetivas que conlleva la pérdida.

En este artículo se expondrá, desde una perspectiva narrativista, la posibilidad de acompañar en el proceso de reconstrucción de la identidad que se ve afectada tras la muerte de un vínculo afectivo cercano. Somos seres sociales que construimos nuestras identidades alrededor de las personas más importantes en nuestras vidas (Neimeyer, 2002) y nos reconocemos e identificamos a través de esos vínculos. Frente a la muerte, es necesario construir una identidad que incorpore la ausencia del Otro y a los ideales confrontados por la pérdida, en palabras de Neimeyer “volver a aprender cómo es el mundo”(2002, p.72) , un mundo que la muerte transforma para siempre.

El acompañamiento del Trabajo Social en duelo, desde una perspectiva narrativista, no sólo permite el reconocimiento y expresión de las emociones, sino también la construcción de nuevas versiones de sí mismo y del mundo, es un trabajo profundamente personal pero también que se construye en diálogo con quien acompaña. Así, la persona se reconoce como autora de su propia historia y las emociones pueden transformarse en palabras, en relatos, en anécdotas, en imágenes. Generar y sostener dispositivos de acompañamiento en duelo implica construir un espacio de escucha, empatía y seguridad; un encuentro donde sea posible vincular relatos y reflexiones en torno a la experiencia de la muerte. En ese sentido, desde el Trabajo Social y en los diversos ámbitos en los que intervenimos, entendemos

el valor de construir un acompañamiento humanizado que “opera ofreciendo una lógica de amparo subjetivo frente aquello que el sujeto pueda significar como su padecimiento, propiciando la seguridad ontológica, es decir, su ser en el mundo”. (Sierra, 2021, p.169).

El presente artículo se inscribe en la intervención del Trabajo Social en procesos de duelo, entendiendo que este tipo de acompañamiento es posible en diversos ámbitos en los que intervenimos profesionalmente, en contextos institucionales o comunitarios. La muerte y el duelo atraviesan todas las instituciones donde el Trabajo Social interviene, por lo que este tipo de acompañamiento no queda restringido al ámbito de la salud o los cuidados paliativos.

Durante estas páginas se tomará como punto de partida la perspectiva de Paul Ricoeur para pensar el acompañamiento en duelo en clave narrativa. Desde su enfoque, el relato (oral o escrito) se presenta como medio fundamental para tejer sentido frente al desamparo de la pérdida. Como afirma el autor, somos seres narrativos: no hay experiencia sin relato, ni relato sin experiencia (Ricoeur, 2006). Durante este texto se incluirán fragmentos de obras literarias como complemento de algunas de las categorías teóricas planteadas.

A lo largo del desarrollo del artículo se recuperará la concepción del tiempo de Henri Bergson como contraposición a la tendencia a estandarizar y/o patologizar el duelo estableciendo plazos normativos para la pena. ¿Cuánto tiempo se necesita para encontrar sentido a lo que se presenta como inexplicable?, ¿Qué temporalidad puede abarcar el desarraigo del duelo? Estas preguntas guiarán nuestra reflexión en torno a los modos posibles de acompañar los procesos subjetivos y singulares que configuran la experiencia del duelo.

El tiempo normatizado

“La vida solo es posible en un intercambio simbólico con la muerte”.
Chul-Han (2020, p.39)

En los primeros meses de la vivencia del duelo confluyen pasado, presente y futuro en lo que Walter Benjamin llamaría un ‘tiempo-ahora’; es tiempo pleno que estalla, rompe y fisura el continuum del tiempo concebido como lineal y progresivo (Garrido, 2010). Así el pasado vuelve al presente a modo de ráfaga que irrum-

pe, trayendo significado; y el presente resignifica el pasado modificando nuestra idea de futuro. En el duelo frecuentemente aparecen escenas, diálogos, situaciones del pasado que frente a la ausencia o a la muerte cobran otra significación, ya sea como mensaje, como legado, como mandato o como añoranza. Entendiendo que "el recuerdo no es una repetición mecánica de lo vivido, sino una narración que continuamente hay que volver a contar de nuevo" (Chul-Han, 2023, p.48) Pero tampoco no todo pasado puede advenir (como recuerdo), sino aquel que en el presente se reconozca (Garrido, 2010). Durante el duelo el tiempo percibido de forma lineal y cronológica entra en tensión con nuestra propia vivencia 'caótica', donde pasado y presente dialectizan desestabilizando los marcos tradicionales de comprensión en relación a la percepción del tiempo. En este sentido, Ricoeur (1996) señala que la narración convierte los eventos en una historia, situándonos en la encrucijada entre temporalidad y narratividad.

Con frecuencia surge el interrogante respecto a la necesidad de tener certeza sobre la 'superación' del duelo. Esta pregunta parte de la exigencia social que supone que el sufrimiento tiene fecha de vencimiento: ¿Cuánto dura el duelo?, ¿En cuánto tiempo puedo volver a ser quién era?, ¿Cuándo se vuelve a la normalidad?, ¿Cuánto debemos acompañar un duelo? Cuando intentamos medir los procesos de duelo de acuerdo a su duración no hacemos otra cosa que homogeneizarlo, que pensarlo en términos lineales de un 'deber ser'. Como advierte Garrido (2010), el error está en espacializar el tiempo: convertir la duración en una medida cuantificable, en lugar de reconocerla como vivencia. Araujo Díaz (2018), retomando a Bergson, plantea que el tiempo es pura duración, es movimiento constante, es un horizonte de apertura hacia lo novedoso, hacia la transformación. En contexto de duelo esto adquiere mayor significación ya que tomar un papel activo en el proceso lleva implícito aceptar el cambio, abrazar el misterio y permitir la reconstrucción; es decir ampliar los márgenes de comprensión.

Es así, que se dificulta evaluar la 'elaboración' del duelo en términos temporales, la pérdida se resignifica todo el tiempo y se reconstruye el vínculo a lo largo de la vida. Con el paso del tiempo se reformulan las preguntas, los sentidos y significados, cambian los modos de extrañar, se aprende a honrar la presencia simbólica en los momentos importantes del resto de la vida de quienes viven la pérdida. Si bien es esperable que la sensación de angustia extrema y desgarradora vaya menguando, la

construcción de sentido se va resignificando a partir que se aprende a incorporar a la persona fallecida a la biografía y continúan perpetuando la presencia simbólica.

Tal como advierte Chul-Han (2021), la lógica de la productividad y el rendimiento impone una temporalidad acelerada que no deja espacio para la demora ni el trabajo introspectivo y personal, invisibilizando aquellas emociones que interrumpen la lógica del rendimiento productivo como principal fin social. En esta cultura de la positividad, el sufrimiento aparece como una anomalía que debe superarse rápidamente, se huye compulsivamente de lo negativo en lugar de demorarse en ello, lo que interfiere para 'dar tiempo y lugar' de conectarse con las implicancias de la pérdida. Frente a esta tendencia, recuperar la palabra y la narración constituye la posibilidad de habitar el tiempo del dolor como parte legítima de la experiencia, permitiendo la temporalidad que requiere cada proceso. En este sentido, reconocer la dimensión temporal en los procesos de acompañamiento desde el Trabajo Social implica también romper la lógica de la urgencia institucional y las expectativas normativas que exige la sociedad actual.

Recuperando la narrativa del duelo

"No estar muerto para nadie es justamente el riesgo de los muertos: la nada"
Vincent Despret (2021, p.124)

La construcción narrativa es un proceso dialógico donde se posibilita, a través de la palabra otorgar sentido a situaciones de padecimiento. No se trata de un proceso individual, por el contrario implica un encuentro, donde en diálogo con un Otro que habilita, aloja y escucha permite narrar una experiencia dolorosa y buscar los significados y sentidos de la misma. Es precisamente la narración la que "nos salva de la contingencia de la vida" (Chul-Han, 2023, p.59). En situaciones de duelo, este proceso facilita singularizar una experiencia de pérdida que, aunque pueda ser compartida por otros, se manifiesta de manera profundamente personal e irrepetible. En el actual contexto, este proceso se complejiza ya que la crisis existencial de la Modernidad es la crisis de la narración, en tanto vida y narración van cada una por su lado, ya no parece que la vida sea narrable. En este sentido, sostener un espacio de acompañamiento narrativo en duelo desde el Trabajo Social implica generar condiciones para que la persona pueda narrar(-se). Sin embargo la fugacidad de la vida actual dificulta

conectarse con la interioridad que permite asimilar los acontecimientos, entretejerlos y sintetizarlos en una narración (Chul-Han, 2023). El acto de narrar no consiste simplemente en enumerar hechos, sino en construir una representación simbólica de la experiencia, convertirla en expresión comunicable (Ricoeur, 1996) que habilita un proceso de comprensión frente a situaciones que irrumpen con una lógica inexplicable.

El relato historizado constituye una síntesis que permite articular y organizar distintos elementos heterogéneos en una única historia, y posibilita la incorporación de lo discordante en una trama concordante (Ricoeur, 2006). En el relato, la muerte de un vínculo afectivo puede significar un hecho discordante; viene a destruir la concordancia de la trama de la vida. La estructuración de una narración implica un proceso de selección por medio del cual solemos no incluir aquellas experiencias o hechos que no concuerdan con los relatos dominantes. “Así, a lo largo del tiempo y por necesidad, gran parte de nuestro bagaje de experiencias vividas queda sin relatar y nunca es ‘contado’ o expresado”. (White y Epston, 1993, p. 29). Gran parte del desafío en el duelo será construir una historia con una discordancia concordante, donde la muerte pueda ser parte de la vida y donde la ausencia pueda ser también presencia.

Aprender a vivir con la ausencia como presencia (Despret, 2021) implica favorecer la continuidad del vínculo luego de la muerte. Durante los espacios de acompañamiento en duelo se habilita que las personas construyan continuidad del vínculo con quien falleció y presencia simbólica, a través de recuerdos, relatos, rituales, objetos o prácticas narrativas, que funcionan como intermediarios simbólicos para integrar la pérdida. La relación no termina con la muerte, sino que se reconstruye y se transforma (Neimeyer, 2002). Esta perspectiva, puede resultar discordante dentro del mandato social que exige ‘superación’. La intervención social en procesos de duelo busca acompañar la reconstrucción del vínculo con quien murió, reconociendo que dicho lazo puede resignificarse de formas únicas y personales y permitir legitimar diferentes tipos de permanencia y presencia después de la muerte.

Desde el Trabajo Social, este acompañamiento narrativo se inscribe en dispositivos concretos de inter-

vención, tanto individuales como grupales. D’Urbano (2011) describe el asesoramiento en duelo como una instancia que favorece a transformar el proceso en un trabajo activo, promoviendo la memoria del ser querido a través de rituales, ejercicios narrativos y otras acciones que funcionan como modo de conexión, recordación y elaboración de la pérdida. El uso de fotografías de momentos significativos, técnicas y ejercicios de escritura, trabajos con cuentos y/o poesías (Varela, 2023) permiten reconocer que cada duelo impacta de manera única en un sujeto con una historia particular. Así mismo, las actividades que promueven la ritualización del duelo posibilita que la pérdida sea socialmente reconocida e integrada a la nueva identidad.

La manera en que (nos) narramos está condicionada por el modo en que nos sentimos escuchados. La posibilidad de habilitar que la persona pueda manifestar esta búsqueda, sosteniendo la continuidad de su vínculo más allá de la muerte, requiere la presencia de un Otro que escuche sin imponer normatividades, que habiliten la expresión de aspectos no siempre legitimados socialmente. En palabras de Despret, (2021) las historias necesitan espacio, entendiendo que “otro relato puede sumarse al precedente, transforma lo que significaba, le abre otro devenir, compromete al narrador y su historia de un modo imprevisto” (p.32). Es decir, se construye una red narrativa articulada por signos, normas y sentidos, pero mediada culturalmente (Ricoeur, 2006) que posibilita resignificar la ausencia, y explorar diálogos y ‘huellas’ que perpetúan a pesar de la muerte. Barthes en su libro ‘Diario de Duelo’¹ describe la manera en que el autor perpetúa la presencia de su madre luego de su muerte y explora distintas formas de conexión simbólica.

¿Por qué ya no soporto viajar?, ¿Por qué quiero todo el tiempo, como un niño perdido, ‘volver a mi casa’, donde sin embargo mamá ya no está? ‘Seguir hablando’ con mamá es ahora un modo de vida: intento seguir viviendo cotidianamente según sus valores: reencontrar un poco los alimentos que ella hacía haciéndolos yo mismo, mantener su orden doméstico, esa alianza de la ética y de la estética que era su manera incomparable de vivir, de hacer lo cotidiano. Pero esta ‘personalidad’ de lo empírico doméstico no es

1. El “Diario de Duelo” (1977-1979) de Roland Barthes en el cual describe su proceso de duelo a partir del testimonio del autor en breves notas escritas al estilo de diario luego de la muerte de su madre y durante los dos años posteriores.

posible de viaje, ni es posible más que en mi casa. Viajar es separarme de ella, más todavía ahora cuando ya no está, cuando ya no es sino lo más íntimo de lo cotidiano. Barthes (2011, p. 193)

Entonces, en tanto evento dialógico, el acto de narrar implica la presencia y la disposición de un Otro que participe activamente desde una escucha atenta. Tanto la escucha como la narración requieren necesariamente una dualidad, una co-presencia que permita que la palabra circule entre quien habla y quien cobija ese relato. Escuchar tampoco se trata de un acto pasivo, sino una forma de apertura hacia el Otro, que exige un tiempo disponible y un espacio para la palabra. Supone ingresar en su mundo, transgrediendo los límites del propio universo de sentido, lo cual implica descentrarse y ‘olvidarse’ momentáneamente de uno mismo para llenar el propio tiempo con las palabras del Otro. “Consiste en silenciar las propias voces para que la voz del otro resuene dentro de la interioridad propia” (Torralba, 2007, p.29). En procesos de acompañamiento en duelo desde el Trabajo Social este encuentro narrativo constituye en un acontecimiento relacional.

Enlazando historias y relatos de la pérdida

*Todo lo que nos conmueve
y nos transforma se queda con nosotros.*
Neimeyer (2002, p.85)

Durante el duelo, lo cotidiano se entrelaza con lo emocional, principalmente durante los primeros meses, se oscila entre el sentir y el hacer. Esta forma ‘oscilante’ supone una orientación interna hacia los sentimientos y reacciones personales y una orientación externa a experimentar el nuevo sentido del lugar que uno ocupa en el mundo (Stroebe y Schut, 1999). Mientras se retoman actividades de la vida diaria y de la dinámica cotidiana, la mente no se acalla, los recuerdos irrumpen y los pensamientos son un constante fluir. Durante el espacio de acompañamiento es necesario poder identificar: ¿qué conversaciones internas prevalecen?, ¿qué pensamientos recurrentes aparecen?, ¿qué imágenes irrumpen? para luego a partir de ese punto de partida organizar las experiencias, resignificar el vínculo y reconstruir su propia historia. Como señala Rosa Montero (2013, p. 88),

“hay que escribir el final”: no solo el final de la vida del Otro, sino también el de la vida compartida.

Las historias necesitan espacio (Despret, 2021) Si no se habilitan estas narrativas, parte de lo vivido queda sin expresión, sin relato, sin memoria y a los muertos como figuras a silenciar en la vida de quienes sobreviven (García Hernández et al., 2018). Si los muertos sólo tienen existencia en la memoria de los vivos, “el muerto no tiene otro rol que jugar más que el de hacerse olvidar”. (Despret, 2021, p. 16) Continuar dando conversación a los muertos, permitiendo que sigan “[...]influyendo la vida de los vivos demanda entonces todo un trabajo, o más precisamente, toda una disponibilidad”. (Despret, 2021, p. 18) Una actitud de apertura y atención que posibilite el encuentro con aquello que ya no está físicamente presente, pero que continúa habitando la vida simbólica de los vivos. En su obra ‘Días sin mi’² la autora transmite claramente cómo algunas palabras adquieren distinta significación luego de la muerte y funcionan como legado de permanencia.

“Buscá el latido. Esa frase que tanto me repetía mi abuela quedaría para siempre grabada en todas y cada una de mis decisiones” Sastre, (2019, p. 9).

Para posibilitar esa apertura, es fundamental que quien acompaña el proceso promueva la palabra y la escucha compasiva, que legitime la presencia de la ausencia considerando que las palabras son actos de amor; y cuando las escribimos o las leemos, damos abrigo a lo que duele (Rilke, 2014). Pensar el acompañamiento en duelo en clave narrativa implica un acto donde la fortaleza no reside en que lo escrito sea leído o escuchado por Otro, sino en los significados que se construyen. En términos de Neimeyer la construcción de significados se enfoca en términos de interpretación, creencias o afirmaciones, que también reside y deriva del lenguaje, las prácticas culturales, las tradiciones espirituales, y las conversaciones interpersonales, todas las cuales interactúan para moldear y formar el significado del duelo para un individuo (Neimeyer, 2022).

Los espacios grupales también constituyen un dispositivo valioso para el acompañamiento narrativo en duelo. D’Urbano (2011) señala que los grupos de duelo permiten compensar el desfase entre la necesidad de los sujetos de hablar de la pérdida, de recordar, de estar

2. “Días sin ti” (2019) de Elvira Sastre es una novela donde el vínculo de abuela-nieto permite enlazar historias del pasado y del presente en relatos de amor y pérdidas.

tristes, y la respuesta social que frecuentemente exige retomar la normalidad. En el intercambio grupal permite apropiación de la palabra y sentido de pertenencia reconociéndose en la experiencia del otro pero a su vez identificando capacidades y recursos personales para hacer frente a la crisis.

Las actividades narrativas que se proponen en los espacios de acompañamiento pueden entenderse también como rituales, en la medida que representan lo que Chul-Han (2021) denomina técnicas simbólicas de instalación en un hogar, es decir, modos de transformar el 'estar en el mundo' a un 'estar en casa'. Se trabaja en propuestas que permitan la caracterización de la pérdida, entendiendo el modo en que la misma impacta en la identidad de la persona en duelo. Durante el libro de Barthes 'Diario de duelo' se refleja de forma explícita la búsqueda de una nueva identidad, de un nuevo Ser tras la muerte de su madre: la necesidad de reconstruirse luego de dejar de ser hijo. "Muchos seres me aman todavía, pero desde ahora mi muerte no matará a ninguno; ahí está lo nuevo" (2011, p.25).

Como ya se mencionó previamente, la pérdida no solo modifica los vínculos afectivos sino también el sentido de pertenencia y continuidad del propio ser, ello supone una ruptura identitaria. *¿Si ya no soy hijo? ¿Qué soy ahora?*. En esta reconstrucción identitaria que supone la pérdida se promueve reconocer las 'huellas' que la persona fallecida dejó y que permanecen vivas en quien transita el duelo. Se trata de la posibilidad de trabajar sobre el legado y la trascendencia como homenaje. De igual modo, el relato de recuerdos y anécdotas (de forma verbal o escrita) permite compartir y preservar la memoria afectiva de la relación. En palabras de Despret (2021), "los muertos nos convierten a los vivos en fabricantes de relatos" (p. 15), y su historia perdura en la medida que se la continúe narrando. La narración se convierte en un medio para restituir la experiencia vivida, otorgándole una nueva existencia en el lenguaje. El recuerdo permite reintegrar la vivencia en el presente biográfico. Por su parte, los objetos de vinculación también cumplen una función narrativa al permitir conservar o integrar en la vida cotidiana elementos que evocan la presencia del fallecido, manteniendo un lazo simbólico y favoreciendo la continuidad del vínculo. Estos objetos, cargados de significación afectiva, se transforman en intermediarios

entre la ausencia y la presencia. Joan Didon en su obra 'El año del pensamiento mágico'³ da cuenta de la relevancia que adquieren ciertos objetos tras la reciente muerte de su marido en una lógica desordenada de pensamientos y emociones atravesados por la característica sensación de irrealidad.

Unas semanas después, recogí más bolsas y las llevé al despacho de John, donde él guardaba su ropa. Aún no estaba preparada para empezar con los trajes, las camisas y las chaquetas, pero, para empezar por alguna parte, pensé que podía seguir con los zapatos que quedaban. Me detuve en la puerta de la habitación. No podía dar el resto de sus zapatos. Me quedé allí un momento; luego, me di cuenta de por qué no podía hacerlo: si iba a volver, necesitaría zapatos. El ser consciente de lo que pensaba no eliminó en modo alguno aquel pensamiento. (...) ¿Cómo podría regresar si no tenía zapatos? (...) Si la muerte es repentina, es posible que esperemos sentirnos conmocionados, pero no esperamos que la conmoción sea arrasadora, que trastorne a la vez el cuerpo y el espíritu. Es posible que esperemos sentirnos postrados, inconsolables, locos por la pérdida, pero no esperamos estar literalmente locos, personas enteras que creen que su marido está a punto de regresar y necesita sus zapatos. (2005, pp. 35-36).

En los momentos posteriores a la pérdida suele invadir la sensación de irrealidad, no se trata de negación, sino que sabiendo la realidad de la muerte simplemente no se entiende como posible. No encuentra lugar en la lógica del entendimiento racional. Como describen Varela (2023) y D'Urbano (2011) las personas en duelo pueden sentir, escuchar o soñar con la persona fallecida y suelen vivir con miedo o vergüenza por continuar conectados a quien ya no está físicamente. Estas percepciones, sin embargo, son esperables y no constituyen signos de alarma. En el acompañamiento a personas en duelo, comprender esta dimensión permite habilitar que se exprese lo enigmático de este momento. Es así que muchas veces los objetos de vinculación adquieren valor en la elaboración simbólica de la pérdida. En este sentido, parte importante del proceso de duelo implica aceptar el misterio que trae aparejada la muerte reconociendo los límites de nuestro conocimiento y aprendien-

3. "El año del pensamiento mágico" de Joan Didon relata los pensamientos y sentires de la autora a partir de la muerte sorpresiva de su esposo. Permite conocer en primera persona la vivencia caótica y desorganizada de los primeros meses del duelo haciendo énfasis en aquellos pensamientos mágicos que irrumpen abriendo la posibilidad que su marido 'regrese' a pesar de la muerte.

do a convivir con aquello que no puede ser explicado. Chul-Han advierte que una conciencia incapaz de estremecerse, de reconocer lo 'misterioso' de la existencia, es una conciencia cosificada así como una vida que rechaza todo dolor y padecer es una vida cosificada, lo único que mantiene la vida con vida es estar impresionado por lo otro. (Chul-Han, 2023) A partir del espacio de acompañamiento narrativo en duelo se abre la posibilidad de dejarse 'impresionar' por aquello de la muerte que perpetúa en los vivos, entendiendo que algunas experiencias "deben ser honradas, no explicadas" (Despret, 2021, p. 42). Acompañar estos procesos implica ingresar al mundo interior del Otro en la construcción de sus sentidos y significados, aunque estos no tengan una racionalidad estricta. Se trata, en definitiva, de un acompañamiento que escucha, que sostiene el relato y que otorga validez a los gestos que mantienen viva la presencia a pesar de la muerte.

Palabras finales

El presente artículo supone la posibilidad de acercarnos a la complejidad de quien atraviesa un proceso de duelo, encontrando en la reconstrucción narrativa de significados la oportunidad de dar sentido a la experiencia de pérdida. En el encuentro dialéctico con un Otro es posible integrar a la persona fallecida a una nueva identidad narrativa. Desde el Trabajo Social promover y habilitar el acto de narrar permite acceder a la singularidad de cada proceso, reconociendo que la pérdida impacta de manera única en un sujeto con una historia particular, inserto en contextos personales, sociales y culturales. Este impacto modifica la percepción y el significado del mundo previo a la pérdida y esta revisión de nuestro mundo de creencias pueden implicar consecuencias sobre nuestras conductas y valores. Ello da lugar a una construcción singular del padecer que se expresa a través de la narrativa.

Se torna imprescindible abrir espacios relacionales que permitan abordar aspectos de profunda intimidad, brindando un lugar de contención al sufrimiento y facilitando la reconstrucción de un proceso identitario de Ser en el mundo. La manera en que narramos nuestra historia configura nuestra identidad: la pregunta '¿Quién soy?' se resignifica radicalmente tras la pérdida, transformando para siempre el universo personal. Este proceso no es sencillo, ya que las personas suelen no identificarse con quienes eran antes de la pérdida y, al mismo tiempo, enfrentarse a la incertidumbre sobre quién es ahora.

Resulta necesario continuar profundizando en modelos de acompañamiento en duelo desde el Trabajo Social, que reconozcan y respeten la singularidad de los procesos en diversos contextos sociales y culturales. Entonces el tiempo de la intervención profesional no va a ser único para todos, sino que estará relacionado a los significados y significantes particulares de la persona y esto es un gran desafío frente a la inmediatez de la sociedad y de las instituciones donde rápidamente debemos superar los eventos dolorosos y retornar a un estado de felicidad que proporcione una ininterrumpida capacidad de rendimiento. Queda aún por explorar de qué manera las transformaciones sociales actuales, la digitalización de las relaciones y la informatización cultural, modifican las formas de narrar y transitar el duelo, así como en los recursos disponibles para sostener estos procesos.

Se destaca que la integración de perspectivas narrativas en el Trabajo Social puede enriquecer las prácticas profesionales, fomentando intervenciones que no solo aborden el sufrimiento, sino que también potencien la reconstrucción identitaria y el significado personal frente a la pérdida generando un 'tiempo y lugar' de escucha que la sociedad muchas veces obtura.

Bibliografía

- Araujo Díaz, C. (2018). Henri Bergson: duración, intuición y experiencia. *Revista de Filosofía*, 33(2), 45–60. (Trabajo de grado de pregrado, Universidad de La Salle). Ciencia Unisalle. https://ciencia.lasalle.edu.co/filosofia_letras/1083/.
- Barthes, R. (2011). *Diario de duelo*. Siglo XXI Editores. (Obra original publicada en 1977).
- Butler, J. (2010). *Marcos de guerra: Las vidas lloradas*. (B. Moreno Carrillo, Trad.). Paidós. (Obra original publicada en 2009).
- Chul-Han, B. (2020). *La desaparición de los rituales: Una topología del presente*. Ed. Herder.
- _____ (2021). *La sociedad paliativa. El dolor hoy*. Ed Herder.
- _____ (2023) *La crisis de la narración*. Ed.Herder.
- D'Urbano, E. (2011). *Trabajo Social y cuidados paliativos: Un aporte para los equipos de salud*. Editorial Capital Intelectual.
- Despret, V. (2021). *A la salud de los muertos: relatos de quienes quedan*. Ediciones Cactus.
- García Hernández, A., Rodríguez Álvaro, M., Brito Brito, P., y Peyrolón Jiménez, J. (2018). Continuidad de vínculos y duelo: Nuevas perspectivas. *Health, Aging & End of Life*, 3, 49–65.
- Garrido, D. (2010). *Entre transcurrir y devenir: Sobre algunos motivos del tiempo (y la no nostalgia) en Benjamin*. III Seminario Internacional Políticas de la Memoria. Centro Cultural de la Memoria Haroldo Conti.
- Montero, R. (2013). *La ridícula idea de no volver a verte*. Seix Barral.
- Neimeyer, R. (2002) *Aprender de la pérdida. Una guía para afrontar el duelo*. Ed. Paidós.
- _____ (2022). Meaning reconstruction in bereavement: Development of a research program. *Death Studies*, 46(3), 345–362
- Ricoeur, P. (1996). *Si mismo como otro* (A. Neira, Trad.). Siglo XXI Editores.
- _____ (2006). *La vida: un relato en busca de narrador*. Ágora: Papeles de Filosofía, 25(2), 9–26. <http://hdl.handle.net/10347/1316>
- Rilke, R. M. (2014). *Cartas a un joven poeta*. Nórdica Libros.
- Sastre, E. (2019). *Mis días sin ti*. Alfaguara.
- Sierra, N. (2021). El acompañamiento como categoría y las instituciones contemporáneas. *Debate Público. Reflexión de Trabajo Social*, 11(21), 162–173.
- Torralba, F. (2007). *El arte de escuchar*. Ed.Plataforma.
- Varela, M. C. (2023). Narrar la pérdida. Reconstrucción narrativa de la identidad durante el duelo. *Debate Público. Reflexión de Trabajo Social*, 13(26), 59–64.
- White, M., y Epston, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Paidós.

