

Evaluación Tridimensional del Duelo Amoroso en México

Three-Dimensional Evaluation for Romantic Grieve in Mexico

SÁNCHEZ - ARAGÓN, ROZZANA¹ Y RETANA - FRANCO BLANCA²

RESUMEN

El duelo es sinónimo de despedida o muerte de alguien querido, lo que crea sentimientos de pérdida (Valencia Toledano & Sánchez Aragón, 2008). Dicha experiencia no sólo aplica a contextos donde la muerte es el motivo, sino también puede ser ante una “muerte simbólica” como en el caso del duelo por rompimiento amoroso, el cual exige al ser humano cambios impredecibles en sus pensamientos, emociones y conductas (Albéngozar, 1994; Valencia Toledano & Sánchez Aragón, 2009). No obstante su importancia, el duelo por rompimiento amoroso, no ha sido evaluado, se consideran solamente dichos aspectos; por lo que el presente estudio se propuso diseñar y validar una medida de duelo por rompimiento amoroso para adultos mexicanos. Los hallazgos señalan la obtención de una medida con cualidades psicométricas robustas que ofrece una amplia y completa “fotografía” del proceso del duelo en su complejidad y evidenciando la relevancia que tiene en su bienestar psicológico.

1 Doctora en Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México. Profesora Titular B TC Definitivo. Dirección postal: Av. Universidad 3004, Col. Copilco Universidad, Del. Coyoacán, C.P. 04510. Teléfono: 56228222 ext. 41223. rozzara@unam.mx

2 Doctora en Psicología. Instituto de Terapia Familiar Cencalli, A. C. Directora Académica. Dirección postal: Bajío 64, Col. Roma, Del. Cuauhtémoc, C. P. 06760
Teléfono: 55642109. blanca_retana_franco@hotmail.com

Palabras Clave: Duelo, Rompimiento Amoroso, Medida, Emociones Negativas, Tristeza.

ABSTRACT

Mourning is a synonym of to say goodbye to or when someone loved pass away, this can develop a lost feelings (Valencia-Toledano & Sánchez-Aragón, 2008). This experience is not only because the death, but when a symbolic death happens as the case of romantic grieve. This kind of *mourning* demands to the human being many unpredictable changes in his/her thoughts, emotions and behaviors (Albégozar, 1994; Valencia-Toledano & Sánchez-Aragón, 2009). The romantic grieve hasn't been widely measured considering the aspects mentioned. Because this, the purpose of the present study was to design and validate a romantic grieve measure to Mexican adults. Findings show a reliable and valid measure, which offers a wide and complete "picture" of this special kind of mourning process, in its complexity and making evident the importance of grieve in individuals respecting his/her psychological well-being.

Keywords: Mourning, Romantic Grieve, Measurement, Negative Emotions, Sadness.

INTRODUCCIÓN

A lo largo del ciclo vital todos los seres humanos se relacionan con las personas y los objetos que les rodean, vinculándolos afectiva, cognoscitiva y conductualmente con ellos (Berscheid, Snyder & Omoto, 1989; Bowlby, 1980). Pero paradójicamente, esta fuerte unión se ve amenazada por la posibilidad de una inminente, remota o inexistente pérdida, que a la vez es inevitable y cuya presencia es en ocasiones lenta, lo que la hace imperceptible, y

en otras es tan súbita y contundente que modifica la vida de las personas de una forma radical (Tovar Zambrano, 2004).

Así, el duelo ha sido definido de diferentes maneras, para Bowlby (1980) y Harvey y Weber (1998) consideran que las pérdidas—en general— pueden considerarse como un daño a los recursos personales, materiales o simbólicos con los que se ha establecido un vínculo emocional. De tal suerte que el ser humano evita perder y procura tener

una estabilidad constante en su vida aunque sea una situación difícil de controlar. Sin embargo, cuando sucede esta pérdida importante, la persona –en su afán de evadir el dolor ante la ausencia y obtener el reconocimiento social de “solidez” ante la adversidad- procura retomar su cotidianidad lo más pronto posible (Tovar Zambrano, 2004). En consecuencia, el duelo puede ser una oportunidad para el crecimiento de la persona doliente, y también puede ser una oportunidad para desarrollar comportamientos inadaptativos o desórdenes psíquicos (Steen, 1998).

Desde otra perspectiva, Reyes (1991 citado en Zaragoza Toscano, 2007) señala que es una reacción extremadamente dolorosa, pero normal, que se desencadena a raíz del rompimiento de una relación personal, cuyo proceso cumple una función homeostática, pues su finalidad es lograr la adaptación del individuo a la pérdida. Acorde con García-Pelayo (1993), el duelo es la reacción emocional y de comportamiento en forma de sufrimiento y aflicción, emergente cuando un vínculo afectivo se rompe; lo que incluye componentes de tipo psicológico, físico y social, con una intensidad y duración proporcionales a la dimensión y significado de la pérdida.

Las reacciones que se presentan durante el duelo, son de acuerdo a Worden (1997): a) Sentimientos (tristeza, enfado, culpa, bloqueo, ansiedad, soledad, fatiga, impotencia, anhelo,

confusión, entre otros), b) Sensaciones físicas (opresión en el pecho y garganta, hipersensibilidad al ruido, falta de aire, vacío en el estómago, debilidad muscular, sequedad en la boca y palpitaciones), c) Pensamientos (incredulidad, preocupación, alucinaciones, sentido de presencia, dificultades de atención, concentración y memoria y rumiaciones) y d) Conductas (soñar con la persona, suspirar, llorar, atesorar objetos de la persona, alteraciones de sueño y alimentación, visitar lugares que traen recuerdos).

Específicamente en lo emotivo, se han distinguido diversas emociones tanto negativas como positivas durante el duelo y se argumenta que cada una tiene un valor adaptativo y funcional. Respecto a las primeras, se encuentra a la ira y la tristeza como íntimamente asociadas con el duelo; el enojo por lo general supone la exteriorización de la culpa, moviliza recursos y ayuda a evitar el ataque de la comunicación, así como crear una disposición a defender la propia autoestima, mientras que la tristeza no está relacionada con la culpa, pero fomenta la reflexión, la resignación y la aceptación y evoca respuestas de simpatía y ayuda en otros (Izard, 1977, 1993; Lazarus, 1991; Stearns, 1993). Sin embargo, cuando las emociones negativas son reveladas en repetidas ocasiones o de manera indiscriminada, se vuelven menos funcionales y relevantes y tienden a hacer indeseable a la persona, principalmente

en el contexto social (Keltner, Ellsworth & Edwards, 1993; Keltner, Moffitt & Stouthamer-Loeber, 1995; Levenson & Gottman, 1983; Watson & Clark, 1984; Watson & Pennebaker, 1989). Con relación a las emociones positivas, la expresión de éstas ante la pérdida ha sido ampliamente ignorada por los teóricos del dolor. Sin embargo, desde una perspectiva social-funcional, estas emociones tienen un papel adaptativo que “puede mejorar la tensión del duelo por el aumento continuo del contacto y apoyo de personas importantes en el entorno social durante esta experiencia” (Bonanno & Keltner, 1997; Martínez Pérez & Sánchez Aragón, 2011). Además, Lazarus, Kanner y Folkman (1980) señalan que dichos estados afectivos sirven como “respiraderos”, ayudando a la persona a sentir una libertad provisional al liberarla de la tensión, a la vez que esta experiencia les permite distraerse y con ello restaurar sus dañados o agotados recursos para así fomentar el desarrollo de nuevos (Bonanno & Keltner, 1997).

A manera de síntesis, Bayés (2001, 2006) indica que los componentes del duelo son tres: (a) Una reacción universal ante la pérdida, en el sentido de que constituye una faceta que aparece en todas las culturas, aun cuando sus manifestaciones puedan ser muy diferentes, (b) Produce sufrimiento, el cual puede encontrarse asociado, tanto a comportamientos activos de malestar como a comportamientos pasivos de

tipo depresivo, (c) Puede afectar negativamente a la salud de la persona que lo experimenta.

Es interesante abordar, que los lazos consanguíneos o familiares no son los que determinan la intensidad del dolor en caso de una pérdida por muerte, ya que en algunos casos el duelo es por el rompimiento de un vínculo, por lo que cobra importancia es el nexo que se había generado y el valor que se le atribuye a lo perdido; es decir, la intensidad del dolor será proporcional a la intensidad de vínculo (Fonnegra, 2001).

Al igual que la intensidad, la duración del duelo depende de cada persona y aunque algunos autores hablan de fases o etapas por las que se debe de pasar para superarlo, se ha encontrado que un punto de referencia de un duelo acabado es cuando la persona es capaz de pensar sin dolor en el fallecido, cuando la persona puede volver a invertir sus emociones en la vida y en los vivos (Meza Dávalos, et al. 2008).

Por su parte, Gómez del Campo (1994), O'Connor (1990), Piña (1994) y Viorts (1990) coinciden en la idea de que cada persona reacciona de diferente forma ante el conocimiento de una pérdida significativa. Las creencias e interpretaciones que cada persona tiene sobre las pérdidas, son factores importantes en la forma de responder a la misma, por otra parte, también es necesario considerar las normas sociales existentes en el ámbito donde se sus-

citó la pérdida, así como aquellas que corresponden a quien experimenta la ausencia, ya que serán una fuerte influencia en la manera de expresar o no el dolor.

No obstante, en la forma particular y las condiciones propias de cada relación, hay autores que señalan etapas características o tareas por resolver dependiendo del momento que el doliente va experimentando a partir de la pérdida y que según ellos, van encaminadas hacia la superación del duelo.

Los intentos por explicar la fenomenología del duelo y las reacciones en los individuos, han dado como resultado el desarrollo de diferentes modelos que proporcionan una visión amplísima sobre este tema, dándole importancia a entender los síntomas y las reacciones que produce el mismo. Estos trabajos en su mayoría se apoyan unos con otros, describiendo en el duelo los mismos procesos pero explicados desde diversos puntos de vista; puesto que van desde enfoques psicoanalistas hasta cognitivo-conductuales (p.e. Lindemann, 1944; Kübler-Ross, 1969; Caruso, 1989; Kavanaugh, 1978 citado en Tovar Zambrano, 2004; Bowlby, 1980; Parkes & Weiss, 1983; Martocchio, 1985; O'Connor, 1990; Reyes, 1992 citado en Zaragoza Toscano, 2007; Worden, 1997; Roccatagliata, 2000).

En torno a estas y otras propuestas, se puede observar que durante más de cinco décadas, han surgido contribuciones que aunque aparentemente son

distintas, conservan más similitudes como la primacía de la experiencia emocional negativa, que da pauta a una desorganización cognoscitiva y conductual cuya representación está en el shock, la negación y las reacciones hostiles, así como en el reconocimiento de fases de salida como aceptación, reorganización. Los nombres de las fases, etapas o tareas varían pero, su contenido (cuando éste es accesible en las fuentes encontradas) indica afinidades incuestionables.

En general, se tiende a pensar en el duelo sólo en el contexto de la muerte de un ser querido, sin embargo, como algunas definiciones previas sugieren, suele producirse como reacción ante la pérdida de una persona significativa o amada o de alguna abstracción que ha ocupado su lugar (Gómez-Sancho, 2004).

Así, si se concibe que una relación existe, cuando los cambios en los estados cognoscitivo, fisiológico o conductual de una persona influyen las cogniciones, estados fisiológicos y conductas de otra persona dando lugar a un vínculo único, significativo e interdependiente (Berscheid, 1983), es natural que el final de un romance pueda ser una experiencia particularmente devastadora. Dado que en las relaciones románticas los individuos invierten gran tiempo, esfuerzo y energía, se unifican sentimientos, emociones y tendencias tanto afectivas como físicas, se desencadenan

mecanismos de ayuda, de comprensión y comunicación en el proceso de “ser para el otro” (Díaz-Loving, 1999), lo que hace que el rompimiento sentimental y físico de una relación amorosa provoque el derrumbamiento de perspectivas y aspiraciones, emergiendo un ambiente desalentador y frustrante (Tizón, 2004). Además, según Vivanco (1997), este tipo de rompimiento hace resurgir el sufrimiento que se vivió ante ciertas experiencias anteriores de pérdida y abandono, por lo que conduce a la persona hacia una inestabilidad emocional.

En congruencia con Berscheid (1983), vale la pena reconocer los componentes involucrados en el rompimiento amoroso, mismos que la literatura psicológica acerca de las pérdidas reconoce: La experiencia emocional, cognoscitiva y conductual que acompaña la disolución (o rompimiento) que se origina con las acciones deliberadas de uno de los miembros de la relación o de ambos (Kitson & Morgan, 1990, en Agnew, 2000). Estas experiencias “al despertar del duelo” señalan Arriaga y Agnew (2001), dan cabida a una vasta gama de diferentes sentimientos, pensamientos y reacciones conductuales que se ven mediatizados por el grado de interdependencia entre los miembros de la relación.

Se considera que esa separación es peor que la muerte física del compañero, porque en ésta existe lo inevitable del hecho, la seguridad del no retorno.

El sobreviviente puede experimentar dolor, culpa, desesperación, pero nunca el tormento de la esperanza, que siempre está presente en los actores de la separación romántica. La muerte física es algo inevitable, y aún con sus secuelas es más elaborable que la muerte psicológica que implica la separación, pues además de la soledad el hecho implica vivirlo como un fracaso, como un amor malogrado y una muerte parcial (Sandoval, 1990 citado en Zaragoza Toscano, 2007).

Así, mientras que en la muerte de la pareja se da un proceso de duelo lineal, en la ruptura se da un proceso cíclico movido por el posible contacto con una ex-pareja (ya que éste puede frenar el proceso de ajuste emocional así como reactivar emociones dolorosas en la persona (Ibarra & Emery, 2005 citado en Zaragoza Toscano, 2007).

Como una opción al conocimiento e investigación sistemática del duelo tanto por muerte como amoroso, se han desarrollado propuestas de medición de variados formatos (auto-reporte, proyectivas) que operacionalizan las etapas, las emociones, respuestas ante el duelo y su somatización.

Respecto al duelo por muerte, existen varias escalas que evalúan de manera general esta experiencia y dado que posee cierta similitud con el duelo por rompimiento amoroso se mencionarán a continuación: Inventario del Duelo de Texas TIG (Faschingbauer, De Vul, Ziussok, 1977), Escala de

Eventos de Impacto IES (Horowitz, Wilner & Alvarez, 1979), Inventario Ampliado de Duelo de Texas ETIG (Zisook & Shuchter, 1993), Inventario Breve de Síntomas BSI (Derogatis & Melisaratos, 1983), Cuestionario de Experiencia de Duelo BEQ (Demi & Schroeder, 1987), Escala de Duelo GMS (Jacobs et al., 1986), Inventario Modificado de Duelo de Texas TRIG (Fashingbauer, Zisook y De Vul, 1987), Cuestionario Compuesto Internacional de Diagnóstico CIDI (Robins, Wing & Wittchen, 1988), Cuestionario de Experiencia del Duelo GEQ (Barrett & Scott, 1989), Inventario de la Experiencia del Duelo Revisado REGI (Lev, Munro & McCorkle, 1993), Cuestionario Fenomenológico del Duelo BPQ (Byrne & Rafael, 1999), Inventario de Duelo Complicado ICG (Prigerson et al., 1995), 10-Milla Bridge de Duelo (Huber & Bryant, 1996), Cuestionario de Síntomas de Duelo Complicado (Horowitz et al., 1997), Elementos Básicos del Duelo CBI (Burnett, Middleton, Raphael & Martinek, 1997), Lista de Verificación de Reacciones de Duelo de Hogan (Hyrkas, Kaunonen & Paunonen, 1997), Cuestionario del Monólogo (Field & Horowitz, 1998), Cuestionario de Experiencias de Satisfacción con el Duelo SBEQ (Warren, 1998) y la Estimación Cognoscitiva de Regulación Emocional para el Duelo por Muerte (Sánchez Aragón, Gutiérrez Manríquez & Valencia Toledano, 2011). Adaptados al español se encuen-

tran algunos de ellos, sin embargo, no están enfocados a la evaluación del duelo por rompimiento amoroso.

En torno a este tipo de duelo, se ubican cinco escalas:

- Índice de Resolución del Duelo GRI (Remondet & Hansson, 1987) es una medida de 7 ítems que se centra en los comportamientos asociados con la resolución de la pena y la transición a la viudez. El tipo de respuesta es Likert de 5 puntos, que van desde muy mal a muy bien.

- Escala de Duelo Anticipado AGS (Theut, Jordan, Ross & Deutsch, 1991) es una escala de 27 ítems de auto-reporte diseñada para evaluar la experiencia de duelo de las mujeres cuyos esposos han sido diagnosticados con demencia. Se califica con una escala tipo Likert de 5 puntos, que van desde “muy en desacuerdo” a “muy de acuerdo”.

- Escala de Respuesta de Duelo II BR-II (Weiss & Richards, 1997) es una medida de 6 elementos para predecir la recuperación del duelo ante la pérdida una pareja a largo plazo (heterosexual u homosexual). El instrumento está diseñado como una guía para la codificación de los datos de la narración sobre el proceso de duelo, con el fin de predecir un resultado del proceso de recuperación.

- Representación Semántica de Escala de Otros SRO (Bonanno et al., 1998) es una medida de 16 ítems de ambivalencia interpersonal. Las

personas califican a otra persona en 8 rasgos positivos y 8 rasgos negativos. El instrumento se ha utilizado para examinar la relación entre la ambivalencia durante el duelo conyugal y dolor prolongado.

- La Estimación Cognoscitiva de Regulación Emocional para el Duelo Amoroso (Valencia Toledano & Sánchez Aragón, 2008) Es un auto-reporte, dirigido a evaluar los cinco procesos de regulación emocional involucrados en la generación de estrategias de regulación de acuerdo a Gross y Thompson (2007): Selección de la situación, modificación de la situación, desplazamiento de la atención, cambio cognoscitivo y modulación de la respuesta. La forma de respuesta es Likert de 5 puntos que indican grados de acuerdo ante los 66 reactivos que la componen.

A pesar de la amplia gama de medidas diseñadas para evaluar el duelo por muerte, la posibilidad de contar con algunas traducidas o adaptadas al español, así como el hecho de no contar con medidas que en forma exhaustiva evalúen aspectos de tipo cognoscitivo, afectivo y conductual que forman parte de la experiencia del duelo amoroso (Berscheid, 1983; Agnew, 2000; Arriaga y Agnew, 2001), en el contexto de la cultura mexicana, hizo que se volviera una prioridad diseñar una medida tridimensional para tal efecto.

MÉTODO

Participantes

Se trabajó con una muestra no probabilística de 833 participantes de la Ciudad de México (396 mujeres y 436 hombres) de 17 a 56 años ($X=22$), con escolaridad de preparatoria (24.6%) y licenciatura (75.4%). Era un criterio de selección de la muestra que la duración de la relación -motivo de rompimiento- fuera de al menos 6 meses, encontrándose personas de hasta 25 años ($X=2.3$ años). Cabe señalar que desde el fin de la relación había pasado de 1 mes a 15 años.

Instrumento

Para lograr el objetivo, Valencia Toledano y Sánchez Aragón (2009) realizaron un estudio exploratorio en donde por medio de un cuestionario abierto se pedía a 100 adultos que habían vivido un duelo romántico, que señalaran abiertamente lo que pensaban, sentían y hacían con base en su experiencia, tomando en cuenta las etapas de Kübler-Ross (1969). Así, se le daba al participante un cuadernillo en el que en la parte de arriba de las páginas se describían cada una de las etapas del duelo por separado, y enseguida se les preguntaba sobre sus pensamientos, emociones y conductas en ése momento. Acto seguido, cuatro jueces (dos psi-

cólogos clínicos y dos sociales) realizaron el análisis de contenido de cada una de las preguntas y con base en la teoría se fue categorizando. Cuando surgieron dudas con respecto a la ubicación de una respuesta se recibió apoyo de dos expertos en relaciones interpersonales.

Del análisis de contenido de sus respuestas es que —en la presente investigación— se generaron los 338 reactivos a los cuales se les dio un formato tipo Likert de cinco opciones de respuesta que indican grados de acuerdo. Los reactivos se dividieron en tres dimensiones (pensamientos, emociones y conductas), dependiendo del tipo de dimensión de la que provenían: 45 reactivos para medir emociones, 145 para los pensamientos y 148 para conductas. Considerando a las dimensiones como escalas independientes y tomando en cuenta el criterio de 5 a 10 personas por reactivo diseñado, se aplicó el presente instrumento a una muestra señalada.

Tipo de Estudio

El presente estudio es de campo, ya que se trabajó directamente con los participantes en su ambiente natural y transversal porque se realizó la aplicación del instrumento por validar en una sola ocasión (Isaac & Michael, 1981).

Procedimiento

La aplicación de los instrumentos fue realizada por 6 psicólogos que

acudieron a lugares públicos de la Ciudad de México, donde en forma casual encontraban personas a quienes se les preguntaba: a) Si deseaban participar en una investigación acerca de la forma en la que se viven las relaciones de pareja en el momento de la aplicación, b) Estaban o hubieran pasado por un duelo amoroso (plazas comerciales, casas, escuelas, oficinas, etc.) y c) Que dicha relación hubiera sido al menos de 6 meses; ya cubiertos estos requisitos se les pidió su colaboración voluntaria y anónima. Asimismo, se les aseguró que los datos obtenidos serían tratados confidencialmente y con fines de investigación. Cabe señalar que durante la aplicación, se respondió a cada uno de los cuestionamientos por parte de los participantes y siempre tuvieron la opción de retirarse de la aplicación en caso de no desear continuar participando.

En cuanto al procedimiento estadístico, se realizaron los siguientes pasos: 1) Análisis de frecuencias reactivo por reactivo, con el fin de identificar posibles errores de captura a la vez que tener seguridad de que todas las respuestas a los reactivos, habían sido lo suficientemente atractivas para los participantes, 2) Se corrió una *t* de Student para muestras independientes (reactivo por reactivo) para identificar los reactivos que discriminaban, 3) Con los reactivos que se aprobaron en los análisis anteriores se realizó un análisis Alpha de Cronbach, para evaluar la

consistencia interna de la escala, y 4)Análisis de inter-correlaciones de los reactivos para determinar tipo de rotación.

RESULTADOS

Ya ejecutados cada uno de los análisis estadísticos encaminados a identificar los reactivos con mayor poder discriminativo, se observó que 164 de los 338 ítems diseñados cumplieron con los criterios establecidos por Reyes Lagunes y García y Barragán (2008). Acto seguido y en forma independiente se analizaron las emociones, los pen-

samientos y las conductas por medio de un análisis factorial de componentes principales, y seleccionando únicamente a los reactivos con cargas factoriales iguales o superiores a .40. Cabe señalar que en las tablas figuran –por cuestión de espacio- únicamente ejemplos de los reactivos. Para el caso de las emociones (KMO= .974, Prueba de Esfericidad de Bartlett= 24145.022, p= .000), se obtuvieron 4 factores con valores superiores a 1, que explicaron el 59.56% de la varianza y con coeficientes de confiabilidad Alpha de Cronbach altos para los primeros dos factores y moderados-bajos para los segundos.

Análisis factorial para la Sección de Emociones	
Factor: Emociones Negativas	
Reactivos	Carga factorial
Desesperación	.766
Disgusto	.760
Frustración	.754
Ansiedad	.750
Ira	.740
Media= 2.72 DE= 1.011 α = .96	
Factor : Emociones Positivas	
Gozo	.755
Entusiasmo	.745
Bienestar	.743
Felicidad	.739
Alegría	.720
Media= 2.83 DE= 1.038 α = .94	
Factor: Esperanza	
Ilusión	.461
Temura	.668
Esperanza	.639
Media= 2.61 DE= 1.005 α = .67	
Factor: Decepción	
Decepción	.562
Resignación	.516
Desilusión	.490
Media= 3.07 DE= 1.021 α = .61	

En cuanto a las cogniciones (KMO= .951, Prueba de Esfericidad de Bartlett= 28886.547, $p = .000$), se obtuvieron 6 factores con valores su-

periores a 1 que explicaron el 50.64% de la varianza y con coeficientes de confiabilidad Alpha de Cronbach de moderados a altos.

Análisis factorial para la Sección de Pensamientos	
Factor: Anhelo	
Reactivo	Carga factorial
Todavía lo (a) amo	.804
¡Cuánto lo (a) extraño!	.795
¿Qué estará haciendo?	.678
Que va a ser difícil reponerme	.644
Tengo ganas de volver a ver a esa persona	.635
Media= 2.85 DE= .944 $\alpha = .92$	
Factor: Negociación	
Que la situación es superable si nos damos la oportunidad	.728
Que llegando a un acuerdo, lograremos arreglar las cosas	.722
Que hay formas de arreglar el problema	.697
Tal vez si cambiamos ambos, la relación no se romperá	.678
Que la relación no ha acabado y que todavía podemos platicar	.648
Media= 2.22 DE= 1.017 $\alpha = .93$	
Factor: Reacciones Hostiles hacia Ex	
Que ella (él) se lo pierde	.673
Que no me merece	.655
Que merezco algo mejor	.651
No encontrará a alguien como yo	.608
Algo mejor vendrá	.537
Media= 3.14 DE= .858 $\alpha = .81$	
Factor: Suspiciacia	
Que me está dejando por otra persona	.797
Que me está siendo infiel	.741
Que puede estar con otra persona	.591
Que no era para mí, él (ella) eligió otra relación	.519
Que tal vez nunca me quiso	.455
Media= 2.71 DE= .961 $\alpha = .79$	
Factor: Aceptación	
Me tengo que resignar y aceptar lo que sucede	.613
Ya ni modo, no puedo hacer nada	.600
No hay nada que hacer	.598
Ni modo así es esto	.500
Media= 3.12 DE= .872 $\alpha = .61$	
Factor: Reorganización y Sustitución	
Decir lo siento	.572
Que yo no tengo la culpa	.568
En aquello que pude haber hecho mal	.515
En aquello que no le gustaba a mi pareja de la relación	.493
Que lo mejor es disculparme por las cosas que hice mal para no perder a alguien a quien estimo mucho	.415
Media= 2.53 DE= .896 $\alpha = .74$	

Para el caso de las conductas (KMO= .951, Prueba de Esfericidad de Bartlett= 3605.425, $p = .000$), se obtuvieron 6 factores con valores superio-

res a 1, que explicaron el 46.15% de la varianza y con coeficientes de confiabilidad Alpha de Cronbach altos para todos los factores (Ver Tabla 3).

Factor: Re-adaptación	
Reactivos	Carga Factorial
Busco cosas para distraerme	.776
Trato de hablar con otras personas	.749
Busco nuevas actividades	.744
Trato de pensar en otras cosas	.705
Trato de estar tranquilo (a)	.645
Media= 3.65 DE= .724 $\alpha = .94$	
Factor: Reacciones Hostiles hacia Otros	
Soy agresivo (a) con mis amigos y familiares	.723
Trato mal a la gente que me rodea	.684
Me peleo con todo mundo	.663
Reacciono violentamente ante las situaciones	.643
Estoy irritable con todas las personas	.638
Media= 1.91 DE= .729 $\alpha = .91$	
Factor: Depresión	
Lloro	.821
Tengo ganas de llorar	.814
Trato de ya no llorar pero no puedo	.716
Tengo ganas de gritar	.592
Como menos de lo que comía antes	.584
Media= 2.37 DE= .813 $\alpha = .90$	
Factor: Desorganización del Sí Mismo	
Me alejo de la sociedad	.609
Evito estar con mi familia y amigos	.590
No quiero hacer nada	.584
Trato de evitar a todo el mundo	.541
Dejo de hacer cosas que me hacen feliz	.510
Media= 1.97 DE= .793 $\alpha = .88$	
Factor: Negación	

DISCUSIÓN

El objetivo principal de esta investigación, fue el diseño y validación de una medida tridimensional de duelo ante el rompimiento amoroso, el cual, luego de seguir el procedimiento que Reyes Lagunes y García y Barragán (2008) -para contar con una medida válida y confiable-, fue cumplido en forma satisfactoria. Este está disponible con las autoras al correo electrónico rozzara@unam.mx.

Para la sección emocional, se hallaron 4 factores: El primer factor de Emociones Negativas se refiere a cuando el doliente experimenta desesperación, frustración, ansiedad, ira (enojo y coraje) e impotencia, inseguridad e incertidumbre al no tener control sobre el acceso a su fuente y objeto de amor. Asimismo, incluye la experiencia de debilidad, falta de motivación, desánimo, tristeza y soledad, nostalgia (melancolía) y dolor ante lo que acontece así como ante sus sentimientos ambivalentes (aquellos que originaron la separación) que favorecen incredulidad ante el evento. Acerca de este factor, autores como Izard (1977; 1993), Lazarus (1991) y Stearns (1993) señalan que la ira y la tristeza son emociones inherentes al duelo, el enojo permite exteriorizar la culpa, moviliza recursos, crea una disposición a defender la propia autoestima y la tristeza fomenta la reflexión, la resignación y aceptación.

El segundo factor denominado Emociones Positivas versa sobre la experiencia de gozo (bienestar), entusiasmo (euforia), felicidad (alegría) y optimismo que se genera en quien vivió un duelo, a partir de una etapa de aceptación y reorganización de la vida individual. De la misma forma, la persona se relaja (calma), siente alivio y paz que le permite mejorar su ánimo. El tercer factor, describe brevemente la vivencia de la esperanza, ternura e ilusión que puede sobrevenir en el doliente a partir de un proceso orientado a la superación del duelo. El cuarto factor, comprende emociones propias del duelo como lo son la decepción de la persona o la relación, la resignación ante la impotencia y la desilusión ante el evento en cuestión. Al respecto, estas emociones han sido ignoradas por la mayor parte de los teóricos del dolor y cuando se les ha mencionado, ha sido en el contexto de la negación o la evitación de éste (Sanders, 1993). Sin embargo, desde una perspectiva social-funcional, estas emociones son parte de un proceso de adaptación facilitado por el continuo contacto y apoyo de personas importantes en el entorno social (Bonanno & Keltner, 1997) que además le brindan espacios para liberar tensión (Lazarus et al. 1980).

Al respecto de estos factores, se observa que sólo algunos autores consideran a la experiencia emocional como definitoria de ciertas etapas o momentos del duelo, por ejemplo

autores como Lindemann (1944), Kübler-Ross (1969), Kavanaugh (1978, citado en Tovar Zambrano, 2004), Backer, Hannon & Russell (1982), Martocchio (1985), Reyes (1991 citado en Zaragoza Toscano, 2007), Worden (1997) y Robinson y Pickett (1996), consideran aquellas emociones propias de la aflicción aguda como la culpa, la depresión, la angustia, la desesperación, el dolor y la añoranza propias congruentes al factor de emociones negativas. Asimismo se ve complementado por autores que reconocen a la rabia, el coraje y la ira como una parte inseparable al dolor (p.e. Kübler-Ross, 1969; Backer et al. 1982). En cuanto al segundo y tercer factor obtenido, únicamente Parkes y Weiss (1983) refieren la aceptación emocional como un estado óptimo del duelo, por lo que el contenido de los factores identificados en esta investigación como Emociones Positivas y Esperanza, proveen de información relevante a dicha aceptación. Y finalmente, el cuarto factor revela una experiencia de decepción, resignación e impotencia ante la experiencia, lo cual refiere a una lucha emotiva que es entendible, dado el acontecimiento.

En lo tocante a los Pensamientos durante el duelo amoroso, se lograron identificar 6 factores: El primer factor, llamado Anhelo revela varios aspectos vinculados, cuyos matices van del extrañamiento y reconocimiento de los sentimientos de amor, de necesidad, de deseo de conservar el lazo; a la vez que

la idea de que será difícil sobrevivir sin la persona amada por todo lo que se ha vivido y porque no habrá alguien igual. Aunado a lo anterior, hay un cuestionamiento y se medita sobre lo acontecido, sobre los errores que pudieron cometerse con el fin de salir adelante. En torno a ello, algunos autores reconocen a este estado mental como Bowlby (1980), quien considera como segunda etapa del duelo al anhelo por el otro y la búsqueda por tener al ser querido, mientras que Backer et al. (1982) dentro de su fase de dolor intenso, admite la conjunción de experiencias emocionales como la ira, la culpa y la desorganización junto con la añoranza, es decir, recordar con pena una ausencia significativa. Y por último, Martocchio (1985) señala que el anhelo o deseo vehemente se combina con la protesta ante el evento que favorece el duelo.

El segundo factor llamado Negociación, especifica aquellas cogniciones concebidas por la persona y que consideran la posibilidad de reanudar la relación si existe disponibilidad, acuerdo mutuo, algún cambio importante en ambos miembros de la diada. Esto, con base en la idea de que existen soluciones que pueden surgir por el paso del tiempo y con pláticas que aclaren las cosas. En correspondencia plena, Kübler-Ross (1969) indica que esta fase se refiere al intento del doliente (mediante un proceso interno) de llegar a un acuerdo para que la relación no se rompa.

El tercer factor, denominado Reacciones Hostiles hacia la Ex-Pareja reseña en su contenido aquellas reflexiones irreales en donde por un lado, la persona expresa su defensividad y ataque hacia el ser amado. Y al mismo tiempo, la presencia de algunos pensamientos muy positivos sobre sí mismo, sintiéndose valioso a pesar de sus sospechas de que el rompimiento se deba a una tercera persona, lo que hacen que el doliente reaccione con desdén reflejado en oraciones como: “me merezco algo mejor” o “ella (él) se lo pierde”. En torno a este factor, Lindemann (1944) presenta una etapa del duelo que comprende ciertas disposiciones que muestran aversión complementada con agresión y manifestaciones de coraje, como lo menciona también Kavanaugh (1978, citado en Tovar Zambrano, 2004).

El factor de Suspiciencia expone aquellas ideas del doliente—reales o imaginadas—acerca de la existencia de una tercera persona como razón del rompimiento amoroso, dando cabida a creencias sobre la falta de amor por parte del otro y la injusticia de lo acontecido. Este factor es una de las principales aportaciones del presente estudio ya que se contextualiza claramente en el duelo por rompimiento amoroso. En este caso, la experiencia de sospecha como un componente cognoscitivo de los celos, aporta explicaciones a la persona afligida que dan sustento a lo sucedido, generando con ello un estado de desequilibrio entre sus expectativas y la disolución de la relación.

El quinto factor denominado Aceptación, en forma sucinta, expone pensamientos que muestran “cierta conformidad”, resignación, impotencia y rendición ante la situación de duelo vivida. En cuanto a este factor, varios autores respaldan que hay un momento en el que la persona en duelo admite y se conforma gradualmente con la situación de pérdida (Kübler-Ross, 1969; Caruso, 1989; Parkes y Weiss, 1983; Clark, 1984; Worden, 1997) e incluso con la experiencia de soledad (Kavanaugh, 1978 citado en Tovar Zambrano, 2004).

En cuanto al sexto factor, llamado de Reorganización y Sustitución, se compone de reactivos concernientes a la aceptación de las condiciones de la relación y el rompimiento, así como de la forma de reconciliarse con la vida y la otra persona. Estos procesos, se ven reflejados en muchas de las propuestas plasmadas en la literatura por Engel (1964), Kavanaugh (1978 citado en Tovar Zambrano, 2004) que lo ve como un restablecimiento del sí mismo, Davidson (1979), Bowlby (1980), Martocchio (1985), Roccagliata (2000) que lo consideran un mecanismo de sanación y en congruencia, Fonnegra (2001) quien lo conceptúa como “volver a la vida luego de haber experimentado múltiples estados emocionales a la vez que cambios cognoscitivos oscilantes y llenos de desafíos”.

En general, la dimensión cognoscitiva es reconocida por Worden (1997)

con vagas excepciones, lo que implica consistencia en su medición.

Para concluir, vale la pena mencionar dos puntos. El primero se refiere a aspectos que si bien no fueron el propósito de esta investigación, podrían enriquecer el trabajo realizado, como por ejemplo, el haber explorado la validez externa de este instrumento con alguna medida como depresión, tristeza o rumiación o alguna variable relacionada; asimismo, el obtener por medio de esta herramienta las fases o etapas del duelo por rompimiento amoroso ya contando con los

factores emocionales, cognoscitivos y conductuales identificados, porque estos, innegablemente guardan una fuerte correspondencia con varias de las contribuciones hechas a través de la literatura.. En segundo y último lugar, habría que considerar para análisis más específicos personas en duelo romántico reciente vs. lejano, o bien, que tomaron la iniciativa del rompimiento vs. quienes no la tomaron, o quizá involucrando variables como las razones del rompimiento, mismas que dictarán la experiencia de las tres dimensiones del duelo por rompimiento amoroso.

REFERENCIAS

Agnew, C. R. (2000). *Cognitive Interdependence and the Experience of Relationship Loss*. In J. H. Harvey & E. D. Miller (Eds.), *Loss and Trauma: General and Close Relationship Perspectives* (pp. 385-396). USA: Brunner-Routledge: Taylor & Francis Group.

Arriaga, X. B., & Agnew, C. R. (2001). *Being committed*: Affective, cognitive, and conative components of relationship commitment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1190-1203.

Albengózar, T. M. (1994). *Cómo vivir la muerte y el duelo. Una perspectiva clínico-evaluativa*. Valencia: Departamento de Psicología Evolutiva y de la educación.

Backer, B. A., Hannon, N. R., & Russell, N. A. (1982). *Death and dying: understanding and care*. New York: Albany.

Barrett, T. W., & Scott, T. B. (1989). *Development of the Grief Experience Questionnaire*. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 19, 201-215.

Bayés, R. (2001). *Psicología del sufrimiento y de la muerte*. Barcelona: Martínez Roca.

Bayés, R. (2006). *Afrontando la vida, esperando la muerte*. Madrid: Alianza editorial.

Berscheid, E. (1983) Emotion. In H.H. Kelley et al. (Eds.), *Close Relationships*. New York: Freeman.

Berscheid, E., Snyder, M., & Omoto, A. M. (1989). *The Relationship Closeness Inventory: Assessing the closeness of interpersonal relationships*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(5), 792-807.

Bonanno, G. A. et al. (1998). *Resilience to Loss and Chronic Grief: A Prospective*. *Personality and Social Psychology*, 75, 561-574.

Bonanno, G. A., & Keltner, D. (1997). *Facial expressions of emotion and the course of conjugal bereavement*. *Journal of Abnormal Psychology*, 106, 126-137.

Bowlby, J. (1980). *La separación afectiva*. España: Paidós.

Burnett, P., Middleton, W., Raphael, B., & Martinek, N. (1997). Measuring core bereavement phenomena. *Psychological Medicine*, 27, 49-57.

Byrne, G. J., & Raphael, B. (1999). *Psychopathology Suicidal Ideation*. *International Psychogeriatric* 11(1), 67-74.

Caruso, I. (1989). *La separación de los amantes*. México: Siglo XXI.

Clark, M. D. (1984). *Healthy and Unhealthy grief behaviors*. *Occupational Health Nursing*, 32, 633-635.

D'Angelico, F. (1990). *Cómo sobrevivir a la pérdida de un amor*. México: Dante.

Demi, A. S. & Schroeder, M. A. (1987). *Bereavement Experience Questionnaire*. Unpublished manuscript. Georgia State University, Atlanta.

Derogatis, L. R. & Melisaratos, N. (1983). *The Brief Symptom Inventory: an introductory report*. *Psychological Medicine*, 13, 595-605.

Díaz Loving, R. (1999). *Antología psicosocial de la pareja*. México: Miguel Ángel Porrúa.

Engel, G. L. (1964). *Grief and grieving*. *American Journal of Nursing*, 64, 93-98.

Faschingbauer, T. R., De Vul, R. A., & Zissok, S. (1977). *Development of the Texas Inventory of Grief*. *American Journal Psychiatry*, 134, 696-698.

Faschingbauer, T. R., Zisook, S., & De Vul, R. (1987). *The Texas Revised Inventory of Grief*. In S. Zisook (Ed.), *Biopsychosocial aspects of bereavement* (pp. 111-124). Washington, DC: American Psychiatric Press.

Field, N.P. & Horowitz M.J. (1998). *Applying an empty-chair monologue paradigm to examine unresolved grief*. *Psychiatry*, 61, 279-287.

Fonnegra, I. (2001). *De cara a la muerte*. Barcelona: Andrés Bello.

García- Pelayo, G. R. (1993). *Larousse*. México: Larousse.

García-García, J.A., Landa, V., Grandes, G., Mauriz, A., & Andollo, I. (2002). *Adaptación al español del Cuestionario de Duelo Complicado (CRDC)*. *Medicina Paliativa*, 9(2), 11.

Gómez del Campo, J. (1994). *Intervención en las crisis: Manual de entrenamiento*. México: Plaza y Valdés.

Gómez Sancho, M. (2004). *La pérdida de un ser querido. El duelo y el luto*. Madrid: Arán Ediciones.

Gross, J.J. & Thompson, R.A. (2007). *Emotion regulation: Conceptual foundations*. In J.J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-24). New York: Guilford Press.

Harvey, J. H. & Weber, A. L. (1998). *Why there must be a psychology of loss*. In J. H. Harvey (Ed.), *Perspectives on loss: A sourcebook* (pp. 319-329). Philadelphia: Brunner/Mazel.

Horowitz, M., Wilner, M., & Alvarez, W. (1979). *Impact of Event Scale: A measure of subjective stress*. *Psychosomatic Medicine*, 41, 209-218.

Horowitz, M.J., Siegel, B., Holen, A., Bonanno, G.A., Milbrath, C., & Stinson, C.H. (1997). *Diagnostic criteria for complicated grief disorder*. *American Journal of Psychiatry*, 154, 904-910.

Huber, R., & Bryant, J. (1996). *The 10-Mile Mourning Bridge and the Brief Symptom Inventory: Close Relatives?* *The Hospice Journal*, 11, 31-46.

Hyrkas, K., Kaunonen, M., & Paunonen, M. (1997). *Recovering from the death of a spouse*. Journal of Advanced Nursing, 1997; 25, 775-779.

Isaac, S. y Michael. W. B. (1981). *Handbook in research and evaluation for education and the behavioral sciences*. San Diego: Edit Publishers.

Izard, C. E. (1977). *Human Emotions*. New York: Plenum Press.

Izard, C. E. (1993). *Organizational and motivational functions of discrete emotions*. In M. Lewis (Ed.), *Handbook of emotions* (pp. 631-641). New York: Guilford Press.

Jacobs, S. C. et al. (1986). *The Measurement of Grief*. The Hospice Journal, 2, 21-36.

Keltner, D., Ellsworth, P.C., & Edwards, K. (1993). *Beyond simple pessimism: Effects of sadness and anger on social perception*. Journal of Personality and Social Psychology, 64, 740-752.

Keltner, D., Moffitt, T., & Stouthamer-Loeber, M. (1995). *Facial expressions of emotion and psychopathology in adolescent boys*. Journal of Abnormal Psychology, 104, 644-652.

Kübler-Ross, E. (1969). *On Death and Dying*. New York: Macmillan Pub. Co.

Lazarus, R., Kanner, A. & Folkman, S. (1980). *Emotions: a cognitive-phenomenological analysis*. In Plutchik R, Kellerman H. (Eds.). *Theories of emotion* (pp. 189-217). New York: Academic Press.

Lazarus, R.S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press. In Pervin, L. A. (Ed.). *Handbook of Personality: Theory and Research*, (pp609-637). New York: Guilford Press.

Lev, E., Munro, B. H. & McCorkle, R. (1993). *A shortened version of an instrument measuring bereavement*. International Journal of Nursing Studies, 30(3), 213-226.

Levenson, R. W. & Gottman, J. M. (1983). *Marital interaction: Physiological linkage and affective exchange*. Journal of Personality and Social Psychology, 45, 587-597.

Lindemann, E. (1944). *The symptomatology and management of acute grief*. American Journal of Psychiatry, 101, 141-148.

Martínez Pérez, M., & Sánchez Aragón, R. (2011). *Evaluación Multimétodo de la Expresión Emocional*. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica, 31(1), 11-35.

Martocchio, B. (1985). *Grief and bereavement: Healing through hurt*. Nursing Clinics of North America, 20(2), 327-341.

Meza Dávalos, E., García, S., Torres Gómez, A., Castillo, L., Sauri Suárez, S. & Martínez Silva, B. (2008). *El proceso del duelo*. Un mecanismo humano para el manejo de las pérdidas emocionales. *Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas*, 13(1), 28-31.

O'Connor, N. (1990). *Déjalos ir con amor: La aceptación del duelo*. México: Trillas.

Parkes C. M. & Weiss R.S. (1983). *Recovery from bereavement*. New York: Basic Books.

Piña, L. (1994). *Los sentimientos y la muerte*. Ponencia en 2do. Congreso de tanatología y suicidio. México: Asociación Mexicana de Tanatología.

Prigerson, H. G., Maciejewski, P. K., Reynolds, C. F., Bierhals, A. J., Newson, J. T. Fasiczka, A., Frank, E. Doman, J., & Miller, M. (1995). Inventory of complicated grief: A scale to measure maladaptive symptoms of loss. *Psychiatry Research*, 59, 65-79.

Remondet, J. H. & Hansson, H. (1987). Assessing a widow's grief – a short index. *Journal of Gerontological Nursing*, 13(4), 31-34.

Reyes Lagunes, I. & García & Barragán, L. F. (2008). *Hacia un proceso de validación psicométrica culturalmente relevante*. En S. Rivera Aragón, R. Díaz Loving, y R. Sánchez Aragón, I. Reyes Lagunes, (Eds.). *La Psicología Social en México* (pp.625-630). México: AMEPSO.

Robins, L. N., Wing, J., & Wittchen, H. U. (1998). *The composite international diagnostic interview*. *Archives of General Psychiatry*, 45, 1069-1077.

Robinson, L. & Pickett, M. (1996). Assessment of adult sibling grief: a review of measurement issues. *The Hospice Journal*, 11(1), 1-18.

Roccatagliata, S. (2000). *Un hijo no puede morir*. Santiago, Chile: Grijalbo.

Sánchez Aragón, R., Gutiérrez Manríquez, C. y Valencia Toledano J. A. (2011). *La Muerte de un Ser Querido: Un Reto para la Regulación Emocional*. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, 3(1), 73-84.

Sanders, C. M. (1993). *Risk factors in bereavement outcome*. In M. S. Stroebe, W. Stroebe, & R. O. Hansson, (Eds.), *Handbook of bereavement: Theory, research, and intervention* (pp. 255-267). Cambridge: Cambridge University Press.

Stearns, C.Z. (1993). Sadness. In J. Haviland & M. Lewis (Eds.): *Handbook of Emotion* (pp. 547-562). New York: Guilford Press.

Steen, K. F. (1998). *A comprehensive approach to bereavement*. *Nurse-Practice*, 23 (3), 54-68.

Theut, S. K., Jordan, L., Ross, L. A., & Deutsch, S. I. (1991). *Caregiver's Anticipatory Grief in Dementia: A Pilot Study*. *International Journal of Aging and Human Development*, 33(29), 113-118.

Tizón, J. L. (2004). *Pérdida, pena, duelo*. Barcelona: Paidós.

Tovar Zambrano, O. T. (2004). *El duelo siliente*. (Tesis no publicada de Maestría). Universidad Iberoamericana, Distrito Federal, México.

Valencia Toledano J. A. y Sánchez Aragón, R. (2009). *Pensamientos, emociones y conductas durante el duelo amoroso*. Ponencia presentada en el XXXII Congreso Interamericano de Psicología, Ciudad de Guatemala, del 28 de junio al 2 de julio.

Valencia Toledano, J. A., & Sánchez Aragón, R. (2008). *Validación del proceso de Duelo por Rompimiento Amoroso*. En R. Díaz Loving, S. Rivera Aragón, R. Sánchez Aragón e I. Reyes Lagunes (Eds.). *La Psicología Social en México* (pp. 347-354). México: AMEPSO.

Viorts, J. (1990). *El precio de la vida*. México: Emecé.

Vivanco, M. E. (1997). *El duelo como una emoción compleja: diferencias de género*. (Tesis no publicada de Maestría). Universidad Nacional Autónoma de México. México.

Warren, N. (1998). *Critical care family members' satisfaction with bereavement experiences: Development and psychometric evaluation of a new instrument*. Dissertation Abstracts International, 59(3), 1049-B.

Watson, D. & Pennebaker, J.W. (1989). *Health complaints, stress, and disease: Exploring the central role of negative affectivity*. Psychological Review, 96, 234-254.

Watson, D., & Clark, L. A. (1984). *Negative affectivity: The disposition to experience aversive emotional states*. Psychological Bulletin, 96, 465-490.

Weiss, R. S. & Richards, T. A. (1997). *A scale for predicting quality of recovery following the death of a partner*. Journal of Personality and Social Psychology, 72(4), 885-891.

Worden, J. (1997). *El tratamiento del duelo: Asesoramiento psicológico y terapia*. Barcelona: Paidós.

Zaragoza Toscano, R. T. (2007). *Estilos de afrontamiento ante una separación amorosa en personas con pérdida parental en la infancia*. (Tesis no publicada de Maestría). Universidad de las Américas Puebla, Puebla.

Zisook, S. & Shuchter, S. (1993). *Uncomplicated bereavement*. Journal Clinical Psychiatry, 54, 365-372.