



Las estrellas fugaces no conceden deseos

Programa de prevención, evaluación e intervención por duelo en el contexto escolar

Rodolfo Ramos Álvarez
(coordinador)

Manual breve de ayuda a docentes con alumnos en duelo

Rodolfo Ramos Álvarez
Patricia Acinas Acinas
Mar Cortina Selva
Agustín de la Herrán Gascón



TEA Ediciones, S. A.
Madrid, 2009

Copyright © 2009 by TEA Ediciones.
Edita: TEA Ediciones, S. A.

Diseño y maquetación de interiores: La Factoría de Ediciones, S. L. (Madrid)

ISBN: 978-84-7174-999-4

La reproducción de este documento, para fines profesionales, está amparada por el permiso que TEA Ediciones otorga al comprador de esta obra.

1. Introducción

Cuando fallece un docente o un alumno (su padre, su madre o su hermano), especialmente en edades muy tempranas, la comunidad educativa se muestra por lo general cercana al menor y sensible a su aflicción. Sin embargo, en muchas ocasiones los maestros implicados no actúan ante el duelo o no manifiestan su pesar por diversas razones, siendo las principales y más frecuentes tanto el miedo a no saber responder de forma adecuada a las preguntas de sus estudiantes como la falta de formación en este campo. En otras circunstancias sucede además que los profesores tienen hijos de edades similares a la del afectado y hacen una comparación inevitable con la propia biografía, apareciendo una cierta identificación con el afectado.

Normalmente los equipos educativos no están preparados para atender este tipo de situaciones. La buena voluntad y el sentido común guían generalmente su conducta en estos momentos, pero puede no ser suficiente, sobre todo en casos de muerte múltiple, violenta o traumática.

Por estos motivos ofrecemos esta breve guía para aquellos maestros y profesores interesados en recibir una mínima información básica sobre cómo trabajar la *didáctica de la muerte* en el aula, bien de forma paliativa bien como intervención preventiva, al tiempo que aprenden a afrontar de forma adecuada el duelo con sus alumnos.

El primer paso para el educador, antes de realizar cualquier intervención en el centro, es conocer cómo recibió el menor la noticia, cómo se siente y si va a ser capaz de responder de manera apropiada a las actividades que se planifiquen. El segundo es coordinar toda la labor con los otros implicados y con el orientador. Por último, hacer partícipe a la familia (o al menos conocedora, cuando no existe colaboración) de las actuaciones que se planea efectuar.

Para poder llevar a cabo una buena actuación con el niño es importante que el orientador (o quien coordine la intervención) conozca bien al alumno que está experimentando el duelo. Será



necesaria una actuación conjunta de todo el equipo docente y del orientador en colaboración con la familia para lograr beneficios duraderos que lleven a la normalización.

Tabla 1. Principales funciones y actividades de los docentes en caso de duelo

- * Valorar la posibilidad de solicitar medidas educativas extraordinarias.
- * Plantear propuestas formativas que puedan servir a la vez al niño que ha sufrido el choque emocional y al resto de los compañeros. Flexibilizar programaciones de aula.
- * Escucharle y aceptar sus sentimientos. No reprimir ni interrumpir la expresión de sus emociones. No juzgarle ni interrogarle. No culpabilizar al alumno.
- * Ofrecer explicaciones a sus dudas. Dar respuestas sinceras, simples y adaptadas a su capacidad de comprensión. Evitar el uso de términos que puedan confundirlo.
- * No forzar al niño a salir de la tristeza o a realizar actividades que le hagan sentirse mal.
- * Emplear actividades (cuentos, películas, etc.) que ayuden a expresar las emociones surgidas y a ofrecer apoyo al afectado.
- * Controlar los rumores que pueden surgir entre los alumnos tras la muerte, dando explicaciones veraces y objetivas.
- * Observar las reacciones del alumno en duelo en el contexto escolar, registrando aquellos cambios más significativos en sus conductas y aptitudes.
- * Informar a la familia sobre los avances, retrocesos, logros y dificultades del niño en su proceso de enseñanza o aprendizaje.
- * Proponer, si fuera oportuno, la valoración psicopedagógica del alumno.

2. Evolución de la comprensión de la muerte

En primer lugar vamos a describir qué saben los niños sobre la muerte dependiendo de la edad que tengan, clasificando la exposición por etapas y ciclos educativos.

Educación Infantil-primera infancia (de 0 a 3 años)

En esta edad, los menores tienen poca habilidad para comprender las relaciones causa-efecto y para aprovechar así las experiencias pasadas. Están aprendiendo a confiar en las personas y en el



entorno, y su madre es la figura más importante de su vida (es hacia los 8 meses cuando desarrollan el miedo a los extraños y establecen relaciones de apego con padres y hermanos). Además, entre los 6 y los 17 meses aparece en el niño una respuesta de aflicción cuando su figura de apego familiar está ausente.

Hasta los 3 años sus emociones son muy exageradas. Empiezan a desarrollar miedos y pueden distinguir bien entre aquellas cosas que les ponen contentos y aquellas otras que les suscitan tristeza. Cuando tienen una experiencia traumática no tienen palabras para describir los hechos o sus sentimientos, pero pueden conservar recuerdos de escenas o visiones particulares, sonidos y olores. Según crecen aparecen en sus juegos elementos de sucesos traumáticos vividos (como la muerte de un familiar), ocurridos años antes y que parecían olvidados.

Si nos ceñimos a una situación de pérdida real de un ser querido, en esta fase es posible que se vean afectados por no recibir las atenciones habituales, especialmente cuando fallece la madre. Les afectará no estar con sus progenitores y encontrarse con un ambiente repleto de estímulos diferentes: voces, sonidos, horarios diferentes...

Educación Infantil (de 3 a 5 años)

En el primer ciclo de Educación Infantil los niños niegan la muerte como un acontecimiento final. Para ellos el estar muerto es un estado temporal. Pueden decir, por ejemplo, que «el muerto puede escuchar pero no hablar». Al mismo tiempo ven en la televisión a los personajes que acaban ahogados o aplastados y continúan en posteriores capítulos como si nada hubiera pasado. Matan a sus juguetes y vuelven a jugar con ellos como si nada hubiera ocurrido.

En este período no comprenden el concepto de pérdida permanente y pueden sentir que con su deseo harán reversible la muerte. El menor de 6 años la percibe como una separación de sus seres queridos, lo cual le resulta espantoso. Para él, el estar muerto es una especie de continuidad de la vida, una simple merma de la vitalidad que puede ser interrumpida al igual que el sueño, es decir, un fenómeno reversible. Su pensamiento mágico confunde fantasía y realidad. El concepto temporal del «*para siempre*» de la muerte no existe. Por otra parte, no pueden tolerar tales sentimientos dolorosos durante largos períodos de tiempo, de forma que su aflicción es intensa y breve, a la vez que recurrente.

Consideran la muerte como separación o partida. Son particularmente vulnerables a la desorganización de su mundo seguro y estable. Carecen de las habilidades verbales y conceptuales necesarias para afrontar de una manera efectiva, sin ayuda, una situación de duelo repentino, por lo que en tal caso buscarían el consuelo de los adultos cercanos y significativos. Fácilmente estarán fuertemente afectados por las reacciones de sus padres y otros miembros de la familia, especialmente cuando les vean en actitud triste o se muestren distantes con ellos.

Primer y segundo ciclo de Educación Primaria (de 6 a 8 años)

Al comienzo de la Educación Primaria sucede una etapa particularmente difícil para asumir una muerte o cualquier incidente crítico. La mayoría empieza a tener suficiente capacidad para darse



cuenta de las consecuencias que puede conllevar la situación e incluso comprender el concepto de pérdida permanente. Sin embargo, todavía no tienen estrategias de afrontamiento adecuadas, ya que acaban de perder aquellas que les proporcionaba el pensamiento mágico de etapas anteriores. Existe una amplia variedad respecto al momento concreto en el que los menores comprenden todas las consecuencias que tiene el morir, pero, por lo general, casi todos los niños lo han asumido perfectamente a los 7 años y, sin lugar a dudas, antes de cumplir los 8.

Durante esta fase hay una auténtica curiosidad por ver lo que ocurre después de la muerte y pueden presentar deseos muy concretos y morbosos sobre aspectos relacionados con un fallecimiento, por lo que en caso de muerte de un familiar de un alumno hay que estar muy atento a las preguntas y afirmaciones que pueden hacer, pues fácilmente dañarán al niño. Por esta razón, si el niño tiene más de 7 años, es preferible dar una explicación cuidadosa de las causas de una muerte o una enfermedad, que haga referencia a factores externos a la persona, que una de carácter emotiva y romántica.

Tercer ciclo de Educación Primaria (de 9 a 12 años)

Ante un fallecimiento en la familia suelen aceptar las explicaciones que le dan los adultos, si bien es frecuente que necesiten comprobar lo que se les dice o consultarlo con sus iguales, que a esta edad empiezan a ser figuras de referencia para él. La transición entre esta etapa y la anterior presenta límites difusos y depende de las diferencias individuales entre cada niño. Generalmente se preocupan por los detalles ocurridos y quizás pregunten continuamente y estén deseando hablar del tema.

A los 10 años se aprecia una transición en el desarrollo mental y la seguridad emocional: consideran la muerte como una salida inevitable de la vida y se incrementa su comprensión al acumular ya cierta experiencia vital. Por último, en torno a los 11 años comienzan a ser conscientes de que la propia muerte es posible.

Primer ciclo de ESO (de 13 a 14 años)

Es la etapa de la pubertad. El preadolescente tiene poco control de sus emociones ante la aparición de sentimientos intensos. En la mayoría de las ocasiones éstos se desencadenan antes de que pueda controlarlos. Se considera «mayor» y se enfada cuando se le trata como un niño. Al mismo tiempo trata de oponerse al adulto para autoafirmarse, rechazando la autoridad que éste representa.

Todo ello trae como consecuencia que, en caso de duelo, puede desear y rechazar en la misma medida el consuelo y la ayuda de un adulto. Por este motivo lo fundamental es respetar sus silencios y ofrecerse como ayuda, de manera que el alumno sepa que, si quiere, puede contar con el apoyo y las aclaraciones de sus profesores. Si existe una buena conexión o el docente es una referencia para él, puede incluso que prefiera recurrir a su maestro antes que a sus padres.



Segundo ciclo de ESO (de 15 a 16 años)

Si tomamos de manera conjunta la pubertad y la adolescencia (de los 12 a los 18 años) podríamos destacar que los jóvenes en esta etapa son extremadamente vulnerables cuando pierden a alguien querido. Como resultado de un fallecimiento pueden repentinamente asumir el rol de adultos. Al igual que ocurre con éstos, los adolescentes necesitan darse permiso para sufrir ante una pérdida. Los grupos de autoayuda son de gran beneficio para la normalización cuando ellos mismos toman la decisión de acudir, aunque generalmente son muy reacios a exponerse a toda situación que suponga expresar sentimientos fuera de su círculo de amistades.

Tabla 2. Evolución resumida del concepto de muerte en menores

- * **Hasta los 2 años:** No se comprende.
- * **Desde los 3 a los 5 años:** Es reversible y temporal.
- * **Desde los 6 a los 8 años:** Se considera algo final y origina miedo. Consideran que es algo que les sucede a otros. Sienten al mismo tiempo curiosidad y esto les lleva a hacer preguntas muy concretas. Determinados menores pueden pensar que ocurrió como castigo a algo que hicieron.
- * **Desde los 9 a los 12 años:** Se adquiere el subconcepto de la irreversibilidad de la muerte. Saben que es algo que les sucede a todos. Suele suscitar sentimientos de ansiedad, culpa, miedo y vergüenza.

3. ¿Cómo se aprende qué significa morir?

El concepto de muerte no es único y lineal sino que está conformado por distintos factores de diferente complejidad que se adquieren con la edad.

La asimilación del concepto de *universalidad* implica varias ideas. La primera es que todo ser vivo muere, la segunda es que la muerte en último término es inevitable y, por último, que generalmente es impredecible. La *irreversibilidad* implica que una vez que la muerte tiene lugar se convierte en un proceso que no tiene marcha atrás, es decir, que no se puede devolver la vida a un ser vivo que ha fallecido. El concepto de *no funcionalidad* hace referencia a que, una vez muerto, el cuerpo físico deja de cumplir sus funciones vitales.



Tabla 3. Subconceptos para entender el concepto de muerte

- * **Universalidad.** Todos los seres vivos mueren.
- * **Irreversibilidad.** No se puede volver a vivir cuando ya se ha muerto.
- * **No funcionalidad.** Cuando uno muere el cuerpo ya no funciona.
- * **Causalidad.** Se fallece porque hay algo que causa la muerte.
- * **Continuación no corpórea.** Según determinadas creencias religiosas, después de la muerte una parte de la persona (el alma o concepto parecido) no continúa dentro del cuerpo físico.

La *causalidad* es para ciertos autores el factor más complejo. Cuando el niño entiende que ni los deseos ni los pensamientos causan la muerte podemos decir que ha entendido el concepto de causalidad. Antes de los 7 años, por ejemplo, suele creer que su propio deseo acerca de que su familiar vuelva a la vida puede resucitarle, pensando en ocasiones que si no vuelve a la vida es porque no lo desea lo suficiente. En la *continuación no corpórea* se incorporan las creencias espirituales, religiosas o filosóficas que posea el niño fruto de las vivencias en este terreno con su familia. Como docentes jamás debemos interferir en este aspecto y respetar las decisiones y creencias de sus parientes, siempre que no supongan un perjuicio para el menor. Si nos pregunta un alumno acerca de un tema religioso, como por ejemplo si existe el Cielo, le indicaremos claramente que la respuesta que le vamos a dar es parte de nuestra visión del mundo y que quizás sus padres piensen de otra forma diferente.



Tabla 4. Comprensión de la muerte y manifestaciones del duelo según la edad

Edad	Grado de comprensión de la muerte	Posibles manifestaciones de la pena
Hasta los 2 años	No existe una comprensión cognitiva de la muerte.	Inquietud, irritabilidad, disminución de la actividad, sueño precario y pérdida de peso.
	La separación maternal causa cambios importantes.	
Desde los 2 hasta los 5 años	La muerte es similar al dormir.	Hace muchas preguntas relacionadas con aspectos muy concretos de los vivos que no comprende cómo realizarán los muertos: ¿Cómo van al baño? ¿Cómo comen?
	Los muertos continúan viviendo de alguna otra forma.	Trastornos en la alimentación, el sueño y el control de esfínteres.
	La muerte es temporal, no final.	Miedo al abandono. Rabietas.
	La muerte es reversible.	Exteriorización del pensamiento mágico: ¿Pensé o hice algo que causó esta muerte?
Desde los 6 hasta los 9 años	La muerte está personificada como un espíritu: esqueleto, fantasma...	Curiosidad sobre la muerte. Hace preguntas concretas. Podría tener fobias escolares.
	La muerte es final y asusta.	Presenta comportamientos agresivos, especialmente si es varón.
	La muerte no es universal, es decir, le sucede a otros pero nunca a mí.	Manifestaciones hipocondríacas. Sensación de abandono.
Mayor de 9 años	Todo el mundo muere algún día.	Estados de alteración emocional. Sentimientos de culpa, rabia y vergüenza. Ansiedad al pensar sobre la propia muerte. Cambios de humor.
	La muerte es final e irreversible.	Miedo al rechazo. Temor por no querer diferenciarse de sus compañeros.
	Incluso yo moriré.	Trastornos alimenticios y del sueño Conducta regresiva y pérdida de interés en la realización de actividades. Conducta impulsiva. Culpa por haber sobrevivido, sobre todo cuando se trata de la muerte de un hermano, hermana o compañero.



4. Factores que influyen en el proceso de duelo

Algunas de las principales variables que influyen en cómo se va a desarrollar el duelo en el alumno son:

- * Su edad y nivel de desarrollo.
- * Características del sujeto fallecido (grado de dependencia física y emocional) y relación mantenida.
- * Peculiaridades de la pérdida: repentina, largo período de enfermedad, violenta...
- * Sensibilidad y ayuda de los miembros supervivientes de la familia ante sus sentimientos y necesidades emocionales.
- * Experiencia de pérdidas anteriores.
- * Herencia familiar, enseñanza religiosa y cultural.
- * Actitud (adquirida o aprendida mediante la observación de la reacción de sus padres, otros adultos y compañeros) ante la muerte.
- * Existencia de una red de ayuda exterior: familia, amigos, compañeros.

Para anticipar mínimamente cómo evolucionará este proceso es muy importante enfocar la atención no únicamente en lo que el menor ha perdido, sino también en lo que va a perder a partir de ahora. Por último, otro aspecto que no puede pasar desapercibido es que, aunque el duelo tiene un carácter universal y se presenta en todas las culturas, existe una clara influencia, tanto de la sociedad en la que se halla inmersa la vida diaria del estudiante como de la religión de sus parientes, en el manejo que los familiares harán de la situación.



Tabla 5. Derechos escolares del niño en duelo (adaptado de Montoya, 2003)

1. Tengo derecho a que se respete mi forma peculiar de afligirme.
2. Tengo derecho a abandonar temporalmente el aula si así lo necesito para darle salida a mis sentimientos de dolor.
3. Tengo derecho a un adulto que cuide de mí, que esté capacitado como orientador escolar y con formación en atención a niños en proceso de duelo.
4. Tengo derecho a solicitar que un adulto de mi confianza me acompañe y escuche.
5. Tengo derecho a solicitar un lugar de la escuela donde pueda ir y me sienta seguro para expresar mis sentimientos.
6. Tengo derecho a llamar a casa cuantas veces sea necesario si me encuentro mal.
7. Tengo derecho a solicitar una entrevista con el orientador de mi centro.
8. Tengo derecho a recibir apoyo educativo si fuera necesario.
9. Si mis padres o tutores lo solicitan, tengo derecho a recibir informes de mi progreso y evolución con más frecuencia.
10. Tengo derecho a que me adapten las tareas para casa según mis necesidades educativas y personales particulares.
11. Tengo derecho a solicitar poder celebrar conmemoraciones en mi escuela por la muerte de mi ser querido.
12. Tengo derecho a que me faciliten todos los medios necesarios para estimular la expresión de mis sentimientos generados durante el duelo.
13. Tengo derecho a que se reconozca la particularidad y especialidad de mi situación de duelo, a que sea considerada como un período especial de crisis en mi vida y a que sea asistida como tal.

5. Pautas de actuación en el aula

5.1. Principios generales de actuación

El grupo de clase puede verse afectado de numerosas formas cuando el fallecido es un compañero de aula. Algunos de los trabajos de clase, el ritmo de las actividades, etc., muy probablemente quedarán alterados por el duelo. Influye el nivel de conocimiento de los alumnos entre ellos, el grado de relación existente, el papel que tenía en clase (si era líder o ignorado) y el momento del curso en el que se produjo el fallecimiento.

Si la muerte fue por un accidente y lo presenciaron algunos estudiantes sería conveniente que el orientador valorara el suceso y tomara pronto las medidas oportunas en cuanto al seguimiento individual, derivación, actividades de exteriorización de sentimientos en el aula, etc. Bajo este supuesto, el manejo de la situación será muy complejo.

Las explicaciones que reciban los alumnos deben ser muy concretas, convincentes, adaptadas a su edad, evitándose que los confundan más. Debemos ser pacientes a la hora de responder a sus



dudas. Puede ser necesario repetir varias veces algunas cosas para que puedan entender lo que les queremos transmitir.

Para los compañeros, hacer un pequeño homenaje a su compañero perdido puede ser muy útil para comenzar a expresar sentimientos y elaborar la pérdida.

Si un niño ha perdido a uno o a los dos progenitores o a su hermano, en su reincorporación a clase es conveniente que sus compañeros conozcan la situación previamente y estén asesorados sobre cómo interactuar con él. Es una respuesta muy común entre los alumnos, e incluso entre algunos docentes, pensar que lo mejor es actuar como si no hubiese ocurrido nada. Hay que aconsejarles bien para que sepan ofrecer una ayuda adecuada. Es competencia de todos los maestros y profesores, y muy especialmente del tutor, vigilar que el apoyo entre los compañeros se haga convenientemente y que nadie emplee el fallecimiento como elemento de burla, de acoso, o para hacerle daño.

A la hora de intervenir con cualquier grupo de clase por duelo es importante tener presente una serie de pautas básicas:

- * Facilitar (siempre que sean muy pequeños y especialmente en Educación Infantil) la información poco a poco, espaciando las noticias y adaptando los tiempos a su capacidad de atención.
- * Transmitir la información con el tono emocional adecuado.
- * Evitar términos abstractos que no entiendan los alumnos. Emplear palabras sencillas y adecuadas a la edad de los destinatarios.
- * Iniciar la actuación grupal cuanto antes. Así el número de ideas falsas y distorsionadas que circularán por el centro será menor. Al mismo tiempo, este hecho posibilitará la realización de un mayor número de actividades y un mejor afrontamiento de los estudiantes.
- * Dedicar tiempo a la evaluación del conocimiento previo que posee la clase sobre la muerte y sus implicaciones, valorando las aportaciones y el esfuerzo de todos.
- * Mostrar interés por los pensamientos y sentimientos de los alumnos, aunque sean mágicos o supersticiosos.
- * Resolver las dudas de forma grupal, pues algunos pueden tener las mismas dudas que quien pregunta y no atreverse a preguntar.
- * Recordar y resaltar los aspectos positivos de la persona fallecida, así como los momentos positivos que compartieron juntos.
- * Fomentar la oportunidad de hablar con el tutor o con cualquier docente de confianza sobre cómo se sienten.



Tabla 6. Frases y expresiones a evitar al hablar con alumnos sobre la muerte de un ser querido

Frase a evitar	Motivo
<p>Tu papá (o mamá) se ha ido lejos y no volverá en mucho tiempo.</p>	<p>Lo interpretará como una deserción o un castigo y se sentirá culpable.</p>
<p>Fue al hospital y se murió.</p>	<p>Pensará que en los hospitales se mata a la gente o que los que enferman y van a uno a ser atendidos ya no volverán. Se negará por miedo a ir cualquier clínica.</p>
<p>Murió porque se puso enfermo.</p>	<p>Si no se le dan más explicaciones creerá que cualquiera que se pone malo se muere.</p>
<p>Dios (o cualquier Ser Supremo) se lo ha llevado. Fue voluntad de Dios. Dios se lo llevó porque le quería mucho.</p>	<p>Estimulará la desconfianza y el odio hacia Dios y le percibirá como un ser maligno que no le permite ver a su familiar. Estará aterrizado ante la posibilidad de que Dios haga lo mismo con él o con cualquier otro familiar.</p>
<p>Ha subido al cielo.</p>	<p>Esperará verlo en una nube o al viajar en avión. En el peor de los casos manifestará su intención de ir al cielo a ver a su familiar fallecido. Además, si sabe que está enterrado en el cementerio le costará entender el concepto de cielo como lugar no físico. Es mejor hablarle de cuerpo sin vida, es decir, que ya no tiene habilidad para funcionar.</p>
<p>Se ha ido de viaje.</p>	<p>Se enfadará con su progenitor ausente por no regresar. Esperará que regrese algún día.</p>
<p>Está dormido.</p>	<p>Desarrollará pesadillas o miedo a dormirse, temiendo su propia muerte si se duerme. Evitará ir a la cama. Interpretará el hecho de dormir como algo peligroso.</p>



Por último, para iniciar una conversación sobre duelo con alumnos de Educación Infantil y Primaria se recomienda:

- * Comenzar hablando cuidadosamente de la existencia de dificultades y situaciones que escapan a nuestro control en la vida: dolor, enfermedad, injusticias..., y entre ellas la muerte.
- * Preguntar por familiares o conocidos que se encuentren enfermos o que hayan fallecido recientemente, para partir de ejemplos concretos de procesos de enfermedad y muerte.
- * Animar a indagar mediante actividades diseñadas a tal fin, respetando sus elaboraciones y su evolución sobre el concepto muerte.
- * No caer en explicaciones morbosas y detalles desagradables.
- * Admitir que los adultos, incluidos los maestros, no tenemos respuesta para todo.
- * No proponer aislarse de las penas, sino todo lo contrario, resaltar la importancia de buscar ayudas y apoyos en la familia y en los amigos.
- * Insistir en que ellos no tendrían la culpa de lo que sucediese.
- * Aconsejar la expresión de sus sentimientos, especialmente la compartida con otros seres queridos.
- * No evitar la palabra muerte u otras del estilo: muerto, fallecer, cadáver...
- * Ser conscientes de que los niños tienen capacidad de afrontar situaciones reales dolorosas emocionalmente.
- * No usar expresiones que puedan conducir a equívocos.

5.2. Propuestas didácticas para ayudar a elaborar el duelo colectivo

A continuación se proponen una serie de actividades colectivas para trabajar el duelo de forma paliativa en el aula.

- * **Asambleas o diálogos de aula.** Donde se pueda hablar libremente de los sentimientos de cada uno, de la persona fallecida, de los recuerdos y vivencias que nos deja, de lo que pensamos sobre la muerte, etc.



- * **Cuentos adecuados para elaborar la pérdida.** Los cuentos pueden representar personajes con los que los propios niños y sus situaciones se identifiquen, favoreciendo con ello elaboraciones críticas y conclusiones constructivas.
- * **Panel de fotografías y dibujos.** En una parte de la clase pueden colocarse fotografías de la persona que murió y dibujos realizados por sus compañeros y amigos en los que aparezcan ellos y la persona fallecida. La duración de la exposición del panel será una decisión consensuada. Se recomienda que no se permita una exhibición excesivamente prolongada, pues el propósito último de la intervención es cerrar el duelo y normalizar, no prolongar innecesariamente la aflicción o suscitar un sentimentalismo sin fundamento.
- * **Rincón de la persona fallecida.** Por turnos, en el momento de la entrada, cada día un niño de la clase encenderá una vela, junto a una fotografía del niño fallecido. Cuando todos los niños lo hayan hecho, la maestra les preguntará qué desean hacer con la vela: si desean seguir, transformar el rito o dejar de hacerlo.
- * **Poemas y mensajes de despedida.** Cada niño puede escribir, según su gusto o interés, poemas y mensajes cuyo contenido sea algo que le diríamos al niño si estuviera presente: recuerdos positivos con el niño que ya no está, sentimientos de agradecimiento, de disculpa, etc. Luego, todos los niños saldrán al patio y decidirán qué hacer con los mensajes. Algunas ideas que se pueden sugerir son: quemar sus mensajes y arrojar las cenizas al mar o a un lago, meterlos en una botella y enterrarlos, convertirlos en confeti y dejar que se los lleve el viento, meter los mensajes o las cenizas en un globo, hacer papiroflexia con esos mensajes, exponerlos en un panel, hacer un librito con ellos, etc.
- * **Salida para recordar.** Se puede realizar una salida a la naturaleza, a caminar o visitar algún lugar que fuera importante para la persona fallecida. Una vez allí, existen múltiples posibilidades: plantar un árbol, dejar un cartel de recuerdo, etc.
- * **Invitar a los familiares.** Para celebrar alguna fecha especial: su día de cumpleaños o recordar el día en que murió. Alguien puede leer un texto elaborado por la clase o un poema elegido para la ocasión.
- * **Proyecto didáctico de duelo-web.** Construcción de una página *web* o un *blog* que permita expresar las condolencias de todos los que lo deseen, dejar mensajes, colgar fotos, etc. Sirve para canalizar las emociones externas e internas al aula. Si está bien planificada y elaborada, esta actividad es una forma moderna, simbólica, estética y motivadora de expresar sentimientos por la pérdida.
- * **Asistencia al velatorio, entierro o funeral.** Acordar enviar una corona de flores o asistir a alguno de los ritos públicos si se desea.



Además de estas sugerencias, las actividades se amplían con:

- * Las ideas de los compañeros del niño o adolescente en duelo y de él mismo. Quizás no desee realizar nada especial sino normalizar lo más posible su vida. Su opinión es la más importante en este caso.
- * Todas aquellas propuestas que, siguiendo los principios generales de actuación, los docentes puedan idear.
- * El uso de los recursos bibliográficos comentados en este programa.

6. Selección de recursos para el aula

6.1. Recursos filmográficos para tratar el duelo con alumnos

Estos materiales audiovisuales permiten trabajar y reflexionar sobre el tema de la muerte con los menores de las distintas etapas educativas. Se recomienda el visionado previo de la cinta a quien vaya a dirigir la sesión de *videoforum*. En algunos casos es conveniente seleccionar únicamente algunas escenas de la película y no es preciso verla completamente. Bastaría con una introducción sobre el contexto en que tiene lugar la escena para que la atención se focalice en los aspectos que interesa que sean objeto de reflexión o debate.



Películas y temas que pueden trabajarse	Educación Infantil	Educación Primaria	Educación Secundaria Obligatoria
<p>Bambi. EE. UU. (1942). Dibujos animados.</p> <p>Muerte de animales, analogía con la muerte de seres queridos, emociones y sentimientos ante la muerte, ayuda cuando quien ha perdido a alguien querido se siente solo.</p>	*	*	
<p>El rey León. EE. UU. (1994). Dibujos animados.</p> <p>Recepción de noticias del fallecimiento de un ser querido, afrontamiento cotidiano cuando no se está con los progenitores, autoconfianza y adquisición de estrategias de actuación y lucha contra las dificultades.</p>		*	
<p>Ponette. Francia (1996).</p> <p>Muerte por accidente de tráfico, duelo en niños pequeños, manifestaciones del dolor y cogniciones de los niños tras la muerte de un familiar cercano, tratamiento de la muerte por adultos de las religiones católica y judía.</p>	*	*	
<p>Mi chica. EE. UU. (2002).</p> <p>Presencia de la muerte en la vida de los niños, transición a la adolescencia y superación del duelo.</p>		*	*
<p>Malabar Princess. Francia (2004).</p> <p>Pérdidas en la infancia, búsqueda de sentido tras la muerte, rememoración de recuerdos anteriores a las pérdidas, uso de la imaginación y creatividad como mecanismo de afrontamiento.</p>		*	*
<p>El aceite de la vida (Lorenzo's Oil). EE. UU. (1992).</p> <p>Actitudes ante una enfermedad grave, lucha contra una enfermedad degenerativa, búsqueda de información como estrategia de afrontamiento, duelo anticipado.</p>		*	*
<p>Gente como uno. Gente Corriente (Ordinary people). EE. UU. (1980).</p> <p>Fallecimiento de hermanos, reacciones ante la pérdida de un ser querido, dificultades de afrontamiento, influencias en la pareja de la muerte de un hijo.</p>			*
<p>La vida continúa (Moonlight Mile). EE. UU. (2002)</p> <p>Muerte de adolescentes, impacto en familiares y amigos, procesos judiciales asociados a la pérdida de un ser querido, vivencias del funeral, aprender a vivir sin el ser querido, idealización del ser querido, reparación del dolor por la pérdida.</p>			*
<p>De fosa en fosa. (Odogradogroba). Eslovenia-Croacia (2006).</p> <p>Variación de las concepciones de la muerte según la cultura, importancia de los ritos, duelo por el fallecimiento de un amigo o compañero, ideaciones de muerte en niños, participación de menores en rituales funerarios.</p>			*



Películas y temas que pueden trabajarse	Educación Infantil	Educación Primaria	Educación Secundaria Obligatoria
<p><i>Mi vida sin mí.</i> España (2003).</p> <p>Cáncer, placer de vivir ante la proximidad de la muerte, cambio de prioridades en la vida, ayudar a entender a los niños por qué un familiar puede no comunicar que estaba enfermo y que se iba a morir.</p>		*	*
<p><i>En la habitación (In the Bedroom)</i> EE. UU. (2001).</p> <p>Fallecimiento de un hijo, reacciones de los padres, expresión de emociones tras la muerte de un ser querido.</p>		*	*
<p><i>Dragonfly (La sombra de la libélula).</i> EE. UU. (2002).</p> <p>Muerte de la pareja, proceso de duelo, niños y pacientes con experiencias cercanas a la muerte.</p>			*
<p><i>Planta cuarta.</i> España (2002).</p> <p>Diagnóstico de cáncer, conversaciones sobre la muerte en adolescentes, importancia del apoyo entre iguales ante una mala noticia.</p>			*
<p><i>Tu vida en 65 minutos.</i> España (2006).</p> <p>Concepciones de la muerte entre los jóvenes, afrontamiento tras la comunicación de malas noticias.</p>			*
<p><i>Corazones en Atlántida.</i> EE. UU. (2001).</p> <p>Fallecimiento de persona conocida o amigo, recuerdos, influencia en la vida presente de hechos del pasado.</p>			*
<p><i>Más allá de los sueños.</i> EE. UU. (1998).</p> <p>Fallecimiento de adolescentes en accidentes de tráfico, rememoración del fallecimiento de seres queridos, dificultades para elaborar el duelo, el suicidio.</p>			*
<p><i>Million Dollar Baby.</i> EE. UU. (2004).</p> <p>Accidentes que pueden ocasionar la muerte, tetraplejía por accidente, suicidio asistido, deseos ante una muerte cercana, intentos de suicidio para evitar sufrimientos.</p>			*
<p><i>Los límites del silencio.</i> EE. UU. (2001).</p> <p>Suicidio de hijo adolescente, elaboración del duelo asociado a culpabilidad, afectación en la vida personal y profesional, abusos sexuales en menores.</p>			*



7.2. Relación de cuentos para trabajar el duelo con alumnos

Se ofrece aquí una serie de relatos ilustrados especialmente indicados para su uso paliativo por duelo en alumnos de Educación Infantil y Primaria. Es una forma de facilitar la puesta en común y la exteriorización de las emociones y los sentimientos asociados a la aflicción. Antes de sugerir la lectura de ningún cuento aquí relacionado recomendamos encarecidamente se conozcan, entre otros factores relevantes para la intervención, la opinión de la familia y el estado emocional del alumno en duelo.

* Título: *Cuando estoy triste ante la pérdida de un ser querido*

Autor: Michaelene Mundy.

Ilustrador: R. W. Alley.

Año de publicación: Primera edición en Estados Unidos en 1998. Primera edición en España en 2001 y tercera edición en España en el 2005.

Editorial: San Pablo.

Destinatarios: Niños a partir de 4 años y familiares interesados.

Resumen: El libro da consejos sobre cómo puede sentirse el niño ante la pérdida de un ser querido y señala las diferentes situaciones por las que puede pasar; además le ayuda a afrontar su estado y a que no se sienta confuso por la situación que está viviendo. El personaje principal es un niño con algunos rasgos élficos que vive en el bosque con su familia.

Crítica: No es un cuento, es un libro ilustrado con pautas muy claras y sencillas de seguir. Las ilustraciones son tradicionales. Da numerosas pautas de actuación para la familia ante una situación de duelo en la que se encuentra involucrado un menor. Incluye al comienzo del libro una hoja con recomendaciones para la familia. Aporta a los niños y a sus familiares sugerencias positivas para ayudarles en los trances más dolorosos. Ofrece a partir de la mitad del libro una clara y evidente visión religiosa del afrontamiento del duelo. Habla de Dios y del Cielo, de que los fallecidos están allí con Él, y de que la forma de comunicarse con ellos es la oración (esto último no lo afirma explícitamente sino indirectamente). Además, los muertos supervisan y cuidan la actuación de los vivos. Es un libro recomendable sólo si el duelo se ha producido en un entorno creyente cristiano.

* Título: *Tom en el hospital*

Autor: Christophe Le Masne.

Ilustrador: Marie-Aline Bawin.

Año de publicación: Primera edición en Francia en 1996 y primera edición en España en 1998.

Editorial: Esin.

Destinatarios: Niños de 6 a 12 años.

Resumen: Tom es un pequeño conejo que ingresa en el hospital para una operación de apendicitis. A pesar de la cariñosa acogida de las enfermeras, la presencia tranquilizadora de sus



padres y la simpatía de Gaspar, su compañero de habitación, Tom no está del todo tranquilo. Narra con sencillez todo el proceso de hospitalización desde los primeros síntomas hasta la hospitalización, intervención quirúrgica y recuperación total.

Crítica: Es una buena herramienta para familiarizar a los niños con el mundo sanitario y para aquellos que tienen que pasar por la experiencia de un ingreso hospitalario. El cuento anticipa las preguntas más frecuentes entre los niños hospitalizados y previene la ansiedad que puede generar un hospital en un menor. Las ilustraciones son bonitas y relajantes, de colores claros, con animales humanizados.

✱ **Título:** *No es fácil, pequeña ardilla*

Autor: Elisa Ramón.

Ilustradora: Rosa Osuna.

Año de publicación: 2003.

Editorial: Kalandraka Editora.

Destinatarios: Niños de 5 a 12 años.

Resumen: La pequeña ardilla ha perdido a su madre y está muy triste. Pero al final gracias a los consejos de su padre y a su mejor amigo, el búho, entiende que su madre está con ella y nunca la abandonará.

Crítica: Es un libro muy triste, capaz de describir con precisión y sensibilidad lo que puede sentir un niño de aproximadamente 6 años ante la pérdida de su madre. Tras esta exposición de sentimientos el conflicto generado no se resuelve del todo en el cuento y no da pautas concretas de actuación ni para la familia ni para el menor. Deja entrever como solución al duelo el saber que el ser querido estará siempre con nosotros en el corazón. Las ilustraciones son muy acertadas, cuidadas y acordes en todo momento con un texto que mantiene el pulso narrativo usando un vocabulario adecuado para la edad de sus potenciales lectores.

✱ **Título:** *Como todo lo que nace*

Autor: Elisabeth Brami.

Ilustrador: Tom Schamp.

Año de publicación: Primera edición en Francia y España en 2000.

Editorial: Kókinos.

Destinatarios: Niños de 5 a 12 años.

Resumen: Mediante diferentes símiles con animales, plantas y frutas que dejan de existir, bien repentinamente bien tras un período de deterioro, el autor nos cuenta que a nosotros, como seres vivos que somos, también nos ocurrirá algún día.

Crítica: Un libro redondo en todos los sentidos. Las ilustraciones a primera vista son sencillas, coloridas y muy bonitas, pero una aproximación algo más profunda nos revela simbolismos en



todas ellas. La muerte, como algo natural, está presente en todas las ilustraciones de manera sutil. Es un cuento muy breve que transmite de manera natural, casi poética y sin artificios ni traumas, un mensaje claro y conciso: todo lo que existe en la naturaleza se termina deteriorando y desapareciendo algún día. Además termina el relato dejando claro que nadie sabe ni conoce con certeza lo que sucede tras la muerte, dejando a la familia la interpretación final de este hecho.

✱ **Título:** *El relato de María*

Autor: Rodolfo Ramos Álvarez.

Ilustrador: Alejandro García López.

Año de publicación: 1998.

Editorial: Editorial Grupo Universitario de Granada.

Destinatarios: Niños de 6 a 12 años y familiares interesados.

Resumen: Esta narración forma parte del libro *Intervención psicológica en desastres con niños*. Una niña de corta edad cuenta desde su propia experiencia cómo perdió a un ser querido muy cercano y qué hizo para superarlo; qué dudas tuvo y cómo reaccionó ante su tristeza.

Crítica: Fue el primer cuento publicado en España que recogía orientaciones para la familia y el menor en forma de cómic para afrontar el proceso de duelo en niños. No concreta quién es el ser querido fallecido pero deja entrever que es el padre. El relato está incluido en un pequeño libro que incluye varios capítulos con orientaciones y pautas para la familia y la escuela; explica con un lenguaje sencillo las reacciones más habituales de los menores ante un hecho traumático y cómo actuar.

✱ **Título:** *El libro triste*

Autor: Michael Rosen.

Ilustrador: Quentin Blake.

Año de publicación: Primera edición en Inglaterra y España en 2004.

Editorial: Serres, S. L.

Destinatarios: Niños de 10 a 14 años.

Resumen: Este cuento narra la tristeza de un padre que ha perdido a su hijo y que no ha sabido rehacer su vida tras la pérdida.

Crítica: El libro es profundo, sincero, conmovedor y deja huella a quien lo lee. Quentin Blake trata con maestría en sus dibujos la profundidad de sentimientos. Las ilustraciones son tan buenas que casi no precisarían texto para transmitir su mensaje. El relato, por su parte, está a la altura de las ilustraciones sin ninguna duda. Es con diferencia el más emotivo de todos los aquí expuestos. Habla de la tristeza del duelo como de un pozo hondo y oscuro del que es muy difícil salir. Ayuda a comprender cómo se siente una persona que ha perdido a su hijo pero carece de orientaciones prácticas.



✱ **Título:** *Te echo de menos*

Autor: Paul Verrept.

Ilustrador: Paul Verrept.

Año de publicación: Primera edición en Bélgica 1998 y primera edición en España en 2001.

Editorial: Juventud, S.A.

Destinatarios: Niños de 4 a 10 años.

Resumen: Un niño se siente triste porque su mejor amiga se ha mudado a otra ciudad. Tras exponer cómo se siente, explicar las expectativas que tenía respecto a esa amistad y hablar con sus padres, no se siente mejor. Su abuelo viene a verle y le cuenta que él también echa de menos a la abuela, su mujer, que murió hace ya tiempo. Con sus ejemplos y apoyo comprende la diferencia entre alguien que se ha mudado y al que se puede ver de nuevo dentro de un tiempo y alguien que se ha muerto y que no se volverá a ver jamás, aunque a ambos se les eche de menos.

Crítica: Es una primera aproximación al tema de la muerte y el proceso de duelo, de forma muy suave y sencilla, ideal para leer a un grupo de escolares de Educación Infantil o Primer Ciclo de Educación Primaria y posteriormente hablar del tema con los alumnos. Es un libro perfecto para leerlo de forma preventiva, no como una ayuda cuando ya ha ocurrido un fallecimiento en la vida del niño.

✱ **Título:** *Estirar la pata o cómo envejecemos*

Autor: Babette Cole.

Ilustrador: Babette Cole.

Año de publicación: Primera edición en Inglaterra en 1996. En España primera edición en 1996 y segunda en 2000.

Editorial: Destino.

Destinatarios: Niños de 6 a 14 años.

Resumen: Dos abuelitos nos cuentan, en clave de humor, cómo de ser bebés con cuatro pelos pasaron a tener ochenta años y a estar calvos y algo arrugados... Han vivido intensamente numerosas experiencias de todo tipo, desde que nacieron, antes de conocerse y después. Nos las cuentan de forma divertida y rápida.

Crítica: Es un libro muy ameno que permite comprender a los niños cómo la gente que es anciana ahora fue antes joven, niño e incluso un bebé. Que igual que el lector, van pasando por las etapas de su vida aprendiendo a comer, hablar, relacionarse, trabajar, etc. Según avanza en edad su cuerpo cambia y sus posibilidades de hacer más cosas. Al final los abuelos mueren y para ello utilizan la expresión de «estirar la pata». Se habla de la vejez como algo natural y de la muerte como una posibilidad de reencarnación. Al igual que el libro *Te echo de menos*, es un libro perfecto para leerlo de forma preventiva o como una ayuda cuando mueren los abuelos, siempre y cuando se crea en la reencarnación o se lea con el menor y se expliquen las dudas que puedan surgir a este respecto.



✱ **Título:** *Mi primer libro de terapia*

Autor: Marc A. Nemiroff y Jane Annunziata.

Año de publicación: Primera edición en Estados Unidos en 1990 y editado en España en 2006.

Editorial: TEA ediciones, S.A.

Destinatarios: Niños de 4 a 10 años y familiares interesados.

Resumen: Una niña es el hilo argumental para un narrador omnisciente que explica de forma detallada y casi exhaustiva en qué consiste el proceso terapéutico y qué razones pueden llevar a un niño a la presencia de un psicólogo o un psiquiatra. De forma clara repasa y da respuesta a todas las dudas que posiblemente surjan en la mente de un niño ante el hecho de tener que ir a un terapeuta. Abarca desde el inicio del problema hasta la curación.

Crítica: Un libro de formato grande (A4), que debería estar en la sala de espera de cualquier psicólogo por su claridad y capacidad para disminuir el estrés anticipatorio en los niños que deben asistir a consulta. Las ilustraciones son de desigual calidad aunando en el libro algunas muy interesantes con otras de baja calidad artística. Precisa de un adulto que esté cerca para leerse, pues exige un vocabulario que no muchos niños tienen. Aunque se recomienda su uso para niños de 4 a 10 años, está más enfocado para menores de edades comprendidas entre los 7 y los 12 años. Su principal virtud es que difícilmente habrá una pregunta que pueda hacer un niño antes de ir al psicólogo o al psiquiatra que no encontremos recogida en el libro. Ofrece al principio y al final una relación de consejos para la familia y los profesionales de la salud que vayan a utilizarlo.

✱ **Título:** *La historia de Carlos*

Autor: Rodolfo Ramos Álvarez.

Ilustrador: Alejandro García López.

Año de publicación: 2006.

Editorial: Servicio de publicaciones del Centro Asociado de la UNED en Melilla.

Destinatarios: Niños de 6 a 12 años y familiares interesados.

Resumen: Un niño cuenta desde su propia experiencia el haber sobrevivido a un ataque terrorista en el que no falleció ningún familiar suyo pero donde corrió peligro su vida y la de sus seres queridos. Narra los distintos pasos por los que probablemente pasará el menor desde los primeros síntomas psicológicos hasta su completa recuperación.

Crítica: Cuento ubicado en un capítulo del libro *Psicología aplicada a crisis, desastres y catástrofes*. El relato sigue la misma estructura del anterior libro del autor, con el mismo estilo de ilustraciones, adaptándolo a la circunstancia especial de que en este cuento el personaje principal no ha perdido a nadie. Ofrece numerosas orientaciones y recomendaciones para la familia. Su principal ventaja estriba en que el hilo conductor es la propia experiencia de un niño que ya ha superado el problema al que ahora se enfrenta el lector, dando un mensaje positivo de esperanza.



✱ **Título:** *Redouan el Valiente*

Autor: Rodolfo Ramos Álvarez.

Ilustrador: Alejandro García López.

Año de publicación: 2006.

Editorial: Servicio de publicaciones del Centro Asociado de la UNED en Melilla.

Destinatarios: Niños de 10 a 16 años.

Resumen: Un preadolescente musulmán cuenta cómo sobrevivió al accidente de avión que sufrió cuando iba acompañado de su madre y en el que fallecieron varias personas. Estuvo expuesto a numerosas escenas terriblemente desagradables de heridos, muertos y sangre. Gracias a la ayuda de un psicólogo y de su familia logra superar los síntomas que llegaron a hacer su vida muy amarga.

Crítica: Cuento ubicado en un capítulo del libro *Psicología aplicada a crisis, desastres y catástrofes*. Es el único relato real, de todos los publicados dentro de los libros y cuentos de ayuda a superar el proceso de duelo, de los libros aquí recogidos. Redouan era un menor de edad, pasajero de la aerolínea Binter Mediterránea que viajaba de Melilla a Málaga. El trayecto concluyó trágicamente en septiembre de 2000 con el accidente que ocasionó la muerte a cuatro personas. El adolescente cuenta su experiencia y proceso de recuperación. Se incluyen dibujos del propio afectado. El texto es extenso.

✱ **Título:** *El otoño de Freddy la hoja*

Autor: Leo Buscaglia.

Año de publicación: 1988.

Editorial: Urano-Emecé.

Destinatarios: Niños de 3 a 12 años.

Resumen: El cuento narra la historia de Freddy, una hoja que al llegar el verano crece en un árbol. Pronto descubre que hay otras hojas a su alrededor, entre ellas aparece una llamada Daniel que se convierte en su amigo. Daniel es la hoja más grande y sabia del árbol. Ésta le cuenta que son parte de un árbol y que crecen en un parque público, entre otras cosas. Freddy y Daniel mantienen diálogos repletos de simbología a lo largo del cuento, que finaliza con la llegada del otoño y la caída de todas las hojas del árbol.

Crítica: Adaptación de un cuento de Hans Christian Andersen. Utiliza la similitud entre las estaciones del año y las edades del hombre para exponer de forma sencilla el carácter inevitable de la muerte. Esta idea no está expuesta de forma explícita en el cuento y precisa de un buen trabajo posterior por parte del docente para extraer una serie de conclusiones interesantes e hilar el relato con una educación sobre la muerte.



* **Título:** *Yo siempre te querré*

Autor: Hans Wilhelm.

Año de publicación: 2002.

Editorial: Juventud.

Destinatarios: Niños de 4 a 9 años.

Resumen: Este libro es la historia de la perrita Elfi y de su profunda amistad con su dueño, un niño. Se crían juntos, pero Elfi crece más deprisa. Después de una vida feliz llega el momento en que el animal fallece y se despide para siempre de su amigo.

Crítica: Pretende mostrar sobre todo la importancia que tiene expresar los sentimientos. Es un buen cuento para trabajar el duelo por la muerte de una mascota en niños pequeños e iniciar a los alumnos en conceptos relacionados con la pérdida de seres queridos.
