



recursos web
para la igualdad
y la convivencia



"Programa financiado por el Ministerio
de Educación, Cultura y Deporte"





recursos web
para la igualdad
y la convivencia

GUÍA Y ORIENTACIONES PARA LA ATENCIÓN AL DUELO DESDE LOS CENTROS EDUCATIVOS



"Programa financiado por el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte"



GUÍA Y ORIENTACIONES PARA LA ATENCIÓN AL DUELO DESDE LOS CENTROS EDUCATIVOS

Mar Cortina y colaboradores

JACK Y LA MUERTE

Explica una leyenda inglesa que estando la madre de Jack debatiéndose entre la vida y la muerte, su hijo bajó a la playa próxima a aliviar su tristeza. De repente, una silueta alta y delgada, se acercó a él, vestida con una capa negra y la cara tapada, y le preguntó por la Granja Beanstalk, que era donde él vivía. "¿Quién quiere saberlo?", preguntó Jack. "La muerte", respondió la dama. Jack le pidió que lo demostrara metiéndose en una pequeña botella. La muerte se encogió hasta meterse dentro. Jack había atrapado a la muerte y volvió a casa feliz, donde encontró a su madre totalmente recuperada y con mucha hambre. Cuando Jack empezó a buscarla de comer se encontró que los animales no se morían y las verduras no podían salir del huerto. Los días pasaban y nada moría, todos tenían cada vez más hambre. Y, además, cada vez había más de todo, más moscas, más pulgas. "Todo eso es muy extraño", dijo la madre, "¿Qué has hecho?". Jack le explicó lo que había pasado. "Deberás sacar a la muerte de la botella", sentenció la madre. Y así lo hizo. La muerte le dijo: "Quizá ahora entiendas que no soy enemiga de la vida, ya que, sin mí, no existiría. Somos dos caras de la misma moneda, no podemos existir la una sin la otra. "Y se despidió. Jack volvió a la playa a mirar las olas ir y venir. Al volver a casa, encontró a su madre sentada en su balancín preferido, con cara de serenidad, muerta.

Recopilado por Tim Bowley en el libro *Semillas al viento* (Raíces, 2001).



ÍNDICE

I. INTRODUCCIÓN.....	5
II. PRESENTACIÓN DE LA GUÍA.....	5
III. OBJETIVOS DE LA GUÍA.....	6
IV. CUÁNDO SE ACTIVA ESTA GUÍA.....	7
V. ¿QUÉ ES EL DUELO?.....	7
VI. EL CONCEPTO DE LA MUERTE EN ADOLESCENTES.....	10
VII. PRINCIPIOS BÁSICOS DE ACTUACIÓN EN LA GESTIÓN Y EL ACOMPAÑAMIENTO DEL DUELO.....	12
VIII. ENFOQUE PREVENTIVO.....	19
IX. ACTUACIONES PARTICULARES: CASOS.....	22
X. CONCLUSIONES.....	27
ANEXOS DIRIGIDOS AL PERSONAL DOCENTE Y A LAS FAMILIAS.....	28
ANEXO 1: CÓMO COMUNICAR LAS MALAS NOTICIAS.....	28
ANEXO 2: CÓMO COMUNICAR UN SUICIDIO A UN ADOLESCENTE.....	30
ANEXO 3: VOLVER A LA ESCUELA O INSTITUTO DESPUÉS O DURANTE UNA ENFERMEDAD GRAVE.....	32
ANEXO 4: CÓMO DAR APOYO AL DUELO DEL ALUMNADO CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL.....	35
ANEXOS DIRIGIDOS PRINCIPALMENTE A LOS DOCENTES.....	37
ANEXO 5: FUENTES DE PROPUESTAS DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS PREVIAS O PREVENTIVAS.....	37
ANEXO 6: RECURSOS FÍLMICOS Y LITERARIOS POR EDADES.....	40
ANEXOS DIRIGIDOS PRINCIPALMENTE A LAS FAMILIAS.....	43
ANEXO 7: FUENTES Y RECURSOS PARA TRATAR LA MUERTE DE MANERA POSTERIOR O PALIATIVA.....	43
ANEXO 8: IDEAS BÁSICAS A RECORDAR PARA TRATAR LA MUERTE.....	45
ANEXO 9. DERECHOS DEL NIÑO Y DEL ADOLESCENTE CUANDO HA PERDIDO UN SER ESTIMADO.....	46



DESCRIPCIÓN, QUÈ ÉS?

I. INTRODUCCIÓN

Hablar de la muerte es una cosa delicada y compleja y, al mismo tiempo, absolutamente simple, ya que es el final ineludible de nuestras vidas. En nuestra cultura es una realidad sobre la que no trabajamos abiertamente, continúa siendo un tema tabú. La muerte es impredecible, nadie sabe con certeza cuándo será el último día de su vida y tiene un carácter absolutamente misterioso. Impredecible y misteriosa en su esencia, la muerte ataca la raíz fundamental de los valores que perseguimos en nuestra sociedad: la seguridad planificada y la predictibilidad.

Por todo ello, la muerte contiene un valor formativo extraordinario, si entendemos como formativo todo lo que facilita y permite el desarrollo pleno de las potencialidades del sujeto y despierta su espíritu crítico e investigador. Las situaciones de dolor que puede vivir un niño, niña o adolescente pueden ser muchas. Es importante saber de su importancia en la formación de la persona. También hay que saber que estas situaciones influirán de una manera u otra, y durante un determinado período de tiempo, en su rendimiento intelectual, en sus relaciones y en su comportamiento y, por ello, nos atañe como docentes.

Los sistemas educativos han ido ampliando la concepción de la educación en las últimas décadas. Pero no siempre lo han hecho en profundidad, por eso aún no incluyen en sus contenidos la muerte y la finitud como condiciones radicales del ser humano, lo cual repercute mayormente en el proceso formativo, como elementos imprescindibles para la mejora personal y social.

II. PRESENTACIÓN DE LA GUÍA

El documento que tienes entre las manos trata de explicar cómo podemos gestionar lo mejor posible un caso de muerte de algún miembro de la comunidad educativa. Esta guía va dirigida a personas educadoras, personal no docente, familias y alumnado. No es una guía terapéutica, sino que pone el acento en la parte educativa y formativa. Esta guía contiene las ideas y las pautas básicas para poder hacer frente a cualquier situación de muerte de una manera coordinada y respetuosa, siempre y cuando se haya leído y debatido antes de que suceda alguna eventualidad trágica.

Hay dos momentos para tratar la muerte en la escuela, uno es el enfoque previo o preventivo y la otra es el enfoque posterior o paliativo, que es aquel que se desarrolla circunstancialmente, cuando se da una vivencia de pérdida próxima a un niño, niña o adolescente, cuando acontece sin avisar.

Cada escuela o instituto deberá hacer suyo el documento y concretar algunos aspectos según sea su realidad y contexto. La guía contiene información que será válida tanto para el personal docente como para las familias (ver anexos). Igualmente, la información que se proporciona es útil para todos los niveles, desde Infantil hasta Secundaria y Formación Profesional y ofrece orientaciones según las edades.

Confiamos que sea, verdaderamente, de ayuda.

III. OBJETIVOS DE LA GUÍA

El objetivo general de este documento es contribuir a la normalización de la muerte y el duelo. Cuando la escuela y el instituto tratan con normalidad el tema de la muerte o cualquier otra pérdida le otorgan un espacio para el alumnado y todos los miembros de la comunidad educativa. El mensaje que daremos es:

- ◆ El centro educativo es un lugar humano donde, además de aprender conocimientos, nos formamos como personas entre personas.
- ◆ Cualquier pérdida es una cosa que nos preocupa y, a veces, nos da miedo, pero podemos hablar y compartirlo para reducir nuestros temores y aliviar nuestras preocupaciones.
- ◆ Si algún día nos pasa a nosotros, sabemos que no estaremos solos en el duelo.
- ◆ Las pérdidas son una circunstancia con la que debemos aprender a convivir.
- ◆ La vida es alegría y sufrimiento y ninguna de las dos duran por siempre.

Educar para las pérdidas, para la muerte y el duelo, quiere decir compartir con niños y adolescentes las situaciones difíciles, mostrarlos que los cambios forman parte de la vida. Eso hará que crezcan emocionalmente fuertes, capaces de atravesar cualquier situación de pérdida sin hundirse y con la capacidad de ayudar los otros cuando sea necesario.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- (1) Normalizar la muerte en la educación social, familiar y escolar para evitar sufrimientos innecesarios y poder hablar de una manera espontánea y natural.
- (2) Dotar docentes y familias de la información necesaria para que entiendan que la muerte y el proceso de duelo en la infancia y la adolescencia es un momento significativo en sus vidas.
- (3) Dotar docentes y familias de las herramientas necesarias para hacer un buen acompañamiento del proceso.
- (4) Contribuir a conseguir que el proceso de duelo sea una experiencia de crecimiento, tanto para la persona que sufre la pérdida como para los que le rodean.
- (5) Prevenir duelos patológicos.
- (6) Coordinar esfuerzos e iniciativas tanto desde el profesorado como desde las familias y el alumnado.
- (7) Disminuir la proliferación de rumores a través de la puesta en común de los hechos y la coordinación en la actuación.
- (8) Asegurar que los acontecimientos trágicos no sean ignorados para que el centro educativo ofrezca una respuesta humana y formativa.
- (9) Ayudar al alumnado, profesorado, familias, representantes legales del alumnado, y, en general, cualquier miembro de la comunidad educativa con respuestas emocionales adecuadas.
- (10) Contribuir a una educación que tenga en cuenta los hechos importantes de las vidas de las personas.



QUAN I PER A QUÈ S'UTILITZA?

IV. CUANDO SE ACTIVA ESTA GUÍA

Condiciones individuales y sociales que justifican la intervención por duelo:

- Defunción de un estudiante.
- Muerte del padre, madre, hermano/na o familiar muy próximo al alumno/a.
- Muerte de un docente.
- Muerte de un miembro del personal no docente.
- Inicio o empeoramiento de una enfermedad grave en un escolar, familiar próximo, docente o personal no docente.
- Suicidio de algún miembro de la comunidad educativa.
- Cualquier otra pérdida que afecte significativamente la vida del alumnado: divorcio de los padres/madres; cambio de casa, ciudad o país; muerte de la mascota; alejamiento de los padres/madres; la muerte de algún niño o adolescente de otro centro; una catástrofe natural, etc.



INVESTIGACIONES I DOCUMENTACIÓ

V. ¿QUÉ ES EL DUELO?

El duelo es el proceso de adaptación que permite restablecer el equilibrio personal y familiar después de la muerte del ser estimado o de algún tipo de pérdida de las que se han descrito anteriormente.

Poch y Herrero (2003) hablan del duelo como un proceso normal que permite elaborar la pérdida y ayudar a las personas en duelo a vivir con esta ausencia. Asimismo, afirman que es un proceso dinámico, donde hay recaídas, pero también es un proceso íntimo, por una parte, y social, por otra, dada la necesidad de disponer de una red de apoyo. Finalmente, supone una elección, en la medida en que la persona es la que elabora el proceso, la que planifica y busca significado a las circunstancias que le rodean.

El duelo se caracteriza por la aparición de pensamientos, emociones y comportamientos causados por la muerte de un ser estimado o de la pérdida que se haya sufrido. Pese al sufrimiento que causa, el duelo es normal y ayuda a

adaptarse a la pérdida, prepara para vivir sin la presencia física de aquella persona y mantiene el vínculo afectivo de manera que sea compatible con la realidad presente. No suele ser necesario el uso de fármacos. Si el malestar es excesivo, puede ser conveniente buscar la orientación de profesionales.

Falsos mitos sobre el duelo

- Los niños y niñas no se percatan de lo que pasa después de una pérdida.
- Los niños y niñas no tienen la suficiente capacidad para comprender el fenómeno de la trascendencia.
- Hay que evitar hablar de la muerte y de los muertos delante de ellos.
- Es beneficioso procurar que no se enfrenten prematuramente a una realidad desagradable como la muerte.
- Los niños y niñas y adolescentes no elaboran el duelo.
- No atribuyen significado a los acontecimientos que suceden alrededor de la muerte de un ser estimado.
- Las personas adultas debemos proteger a los niños, niñas y adolescentes, en la medida de lo posible, del dolor y del sufrimiento, razón por la que es mejor que no participen en los rituales de despedida.

¿Qué puede pasar?

Hay muchas variables que influyen en la manera en la que la persona se toma la muerte de un ser estimado: la edad, la cultura, la educación, la normalización con que se haya tratado la muerte en la familia, experiencias anteriores, condiciones económicas, tipo de vínculo, etc. Y, por tanto, el abanico de sentimientos que pueden aparecer es muy amplio y debemos tener la mente abierta para no descartar ninguno.

Durante el proceso del duelo se pueden producir una serie de pensamientos, sentimientos y conductas fruto de la pérdida que, en principio, se pueden considerar normales. La mayoría de científicos opinan que la reacción a la muerte de un ser estimado o a una pérdida es una cosa muy humana por extraña que sea la forma de presentarse. Es importante que la persona se dé el permiso de estar en duelo. Diferentes autores han establecido una serie de etapas o fases por las que pasa una persona en duelo. Son bien conocidas las establecidas por la psiquiatra suiza Elizabeth Kübler-Ross, pionera en la atención a las personas al final de la vida: negación y aislamiento, enojo, negociación, depresión y aceptación. Kübler-Ross lo escribió como una orientación y como fruto de su experiencia, por eso nos lo deberíamos tomar así y no como un intento de clasificar y ordenar sentimientos y reacciones que condicionan y limitan nuestra percepción y observación. Durante el primer año, es importante considerar normal cualquier reacción, lo más importante es que la persona pueda compartirlo, si quiere, sin ser descalificada o juzgada.

Conviene tener en cuenta la orientación de W. Worden (2004), el cual prefiere hablar de "Tareas del proceso de duelo". El concepto de fases considera a la persona como un ser pasivo, mientras que el enfoque de las tareas le otorga una cierta sensación de fuerza y la capacidad de tomar acción. Estas son las cuatro tareas específicas e indica que no hace falta que sigan un orden establecido:

1. Cuando se ha sido capaz de aceptar la muerte del ser estimado y asumir que no volverá. Los rituales son de gran ayuda en esta primera etapa.
2. Cuando se ha experimentado pena y dolor por la pérdida. El proceso se bloqueará si se niega el sufrimiento o no se tiene la oportunidad de expresar y trabajar las emociones.
3. Cuando la persona ha podido adaptarse a su mundo sin la persona difunta. Normalmente implica asumir nuevas habilidades y roles que anteriormente desarrollaba la persona difunta.



4. Cuando la persona puede rehacer su vida. La persona ya no vive en el pasado sino en el presente, y tiene algunas expectativas de futuro.

Finalmente, Worden afirma que el proceso acaba cuando se han cumplido las cuatro tareas del duelo. Un punto de referencia puede ser cuando puede pensar en la persona difunta sin sentir un dolor intenso y cuando puede volver a abrir sus emociones al resto de su entorno.

¿Cuánto tiempo dura?

No se puede decir que el duelo se mantiene un tiempo determinado porque su duración es muy variable. Aun así, podemos considerar que los dos primeros años suelen ser los más duros, después se experimenta un descenso progresivo del malestar emocional. De todas maneras, cada persona tiene su propio ritmo y necesita un tiempo diferente para la adaptación a la nueva situación. Al principio, la imagen de la persona desaparecida ocupa por completo la mente. Se la recuerda constantemente y se echan de menos pequeños detalles de la vida cotidiana. Con el paso del tiempo, se alternan estos momentos de recuerdo doloroso con la gradual reorganización de la vida externa e interna.

Progresivamente, van espaciándose los recuerdos más amargos para dar paso a otros más agradables. Pueden darse períodos de recrudescimiento en fechas señaladas (navidad, aniversarios, etc.) sin que ello suponga una ruptura de la normalidad. Llega, por fin, un momento en que la persona en duelo reanuda las ganas de vivir, mira hacia el futuro, se interesa por situaciones nuevas y es capaz de ilusionarse de nuevo y expresarlo.

Características del proceso de duelo en niños, niñas y adolescentes

Los niños y las niñas son capaces de percatarse de los cambios que tienen lugar a su alrededor después de una pérdida y son conscientes de la muerte de las personas significativas. Todos los niños y las niñas y adolescentes elaboran el duelo después de la pérdida de un ser estimado y significativo para ellos. Tiene unas características particulares que difieren del duelo en las personas adultas.

El alumnado necesita comprender y darle un significado a la pérdida. También necesita que se incluya en los procesos de duelo familiar y que no se le excluya con la intención de protegerlos. El alumnado necesita recibir información sobre lo que ha pasado y que esta información se adecue a su momento evolutivo y sus capacidades cognitivas y emocionales. Asimismo, también necesita recibir la dedicación suficiente para que pueda expresar sus dudas, sus temores o sus emociones. Los niños y las niñas necesitan despedirse y pasar el duelo acompañados. Es esencial que sus familiares se muestran próximos para que puedan compartir sus emociones. Esta vivencia común ayudará enormemente a poner palabras a su duelo y a recolocar sus emociones y sus sentimientos. Participar en los ritos funerarios favorece enormemente que el alumnado reciba el apoyo y el abrazo social, además de permitirlos colocar la realidad de la pérdida en un tiempo y en un espacio.

En los procesos de duelo vividos en la infancia y en la adolescencia es de vital importancia el entorno y la capacidad de apoyo y recursos que este pueda ofrecer: comprender, contener y acompañar en el duelo es esencial porque la vivencia de la muerte no los deje vulnerables y los perjudique en su desarrollo. Necesitan sentir que su mundo sigue siendo predecible y seguro a través del mantenimiento de sus rutinas y horarios. Necesitan contar siempre con una figura estable y significativa que proporcione un mundo conocido y tranquilo. A medida que crecen, pueden preguntar qué pasa o hacer referencia a la ausencia del familiar o a nuestro estado de ánimo. Es importante explicar de manera sencilla lo que ha sucedido y por qué nos sentimos así. El alumnado necesita comprender y poner palabras a lo que perciben.

A veces nos pueden llamar la atención ciertas manifestaciones o actividades de nuestro alumnado "como si no hubiera pasado nada". Es importante vivirlo como un acto de control y seguridad sobre su espacio vital y de desarrollo.

Los niños y niñas de 0 a 2 años pueden reaccionar ante la pérdida de alguna de sus figuras de referencia, mostrando irritación, inquietud, comer y dormir peor, llorar sin motivo aparente o presentando otro tipo de síntomas somáticos. Son capaces de percibir el dolor y el cambio en el estado de ánimo de las personas encargadas de su bienestar.

Los niños y las niñas de 3 a 6 años pueden mostrar confusión y perplejidad ante la pérdida de un ser estimado y preguntar reiteradamente donde está la persona muerta aunque se haya explicado que ya no volverá. Este comportamiento responde a un intento de comprobar la realidad de la pérdida. Ante la inquietud y desconcierto provocados por la pérdida, es posible que el alumnado muestre comportamientos regresivos, así como una actitud más irascible, quejosa y dependiente. Pueden imitar la conducta o la forma de reaccionar de las personas adultas que le rodean.

El alumnado de entre 6 y 10 años comprende perfectamente lo que significa la muerte. Quizá entorno a los 8/9 años es cuando pueden tener un concepto más desarrollado. Pueden reaccionar negando la realidad de la pérdida, mostrando más actividad y propensión al juego, o tratando por todos los medios de estar contentos en un intento de alejar el dolor. Pueden sentir mucho miedo y angustia ante la posibilidad que tanto el alumnado como sus parientes también puedan morir. Ante estas emociones es normal que se preocupen por la salud de las personas de su entorno y muestran más cautela con las cosas que puedan ser peligrosas.

La muerte de un ser estimado puede hacer que nuestro alumnado se sienta más vulnerable y es posible que traten de esconder esta sensación de vulnerabilidad, sobre todo en el ambiente escolar, mostrándose más irascibles con su grupo de iguales en un intento de evitar la exclusión.

El alumnado preadolescente de entre 11 y 13 años entiende perfectamente todos los componentes que conforman la muerte, saben que es irreversible, definitiva, causada y universal. Por ello, pueden sentirse muy agobiados e intentar reprimir cualquier emoción dolorosa que los desborde. Tienen una mayor conciencia de los cambios que la muerte llevará a sus vidas y a su futuro. Puede costarlos verbalizar lo que sienten. A veces se muestran reticentes a hablar. Es fundamental respetar su tiempo y mostrarnos próximos y accesibles. Es posible que se muestren irritables o desafiantes, como consecuencia del enojo que sienten al ver su vida trastocada y también por sentirse vulnerables y diferentes al resto.

El alumnado adolescente entre 14 y 17 años puede reaccionar ante la muerte del ser estimado viendo aumentada su actitud pesimista e inconformista ante la vida, mostrándose rebeldes y combativos, o desarrollando conductas de riesgo. Otros jóvenes reaccionan asumiendo un mayor número de responsabilidades y ayudando a su entorno, en un intento de sentirse útiles y necesarios para la familia. Los/las adolescentes pueden aislarse como consecuencia de la muerte de un ser estimado, pasando mucho tiempo solos o durmiendo. Debemos tener cuidado de que estas conductas no se perpetúen en el tiempo.

VI. EL CONCEPTO DE MUERTE EN NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

Algunos factores que intervienen en una adecuada elaboración comprensiva de la muerte en la infancia y la adolescencia son:

1. Por parte de la familia: las actitudes de sus padres y madres hacia la muerte y la capacidad de hablar abiertamente, y la manera como la familia y la sociedad los presentan u ocultan la muerte.
2. Por las características psicológicas: su capacidad de exteriorizar los sentimientos, dudas y cuestiones condicionadas a la acogida del entorno; sus habilidades cognitivas; su consistencia emocional o fortaleza; las experiencias personales previas con la muerte, etc.

Las experiencias y formaciones conceptuales que se forman en edades tempranas son básicas para su vida. El afecto, la comprensión, la información pertinente a su edad y la perspectiva social podrán formar parte de una filosofía de vida que será base y guía de su comportamiento con relación a la muerte.

Podemos clasificar en tres grupos los tipos de preguntas que los niños y niñas formulan cuando hay una muerte en casa o a la escuela

1. ¿Qué es la muerte?
2. ¿Por qué mueren las personas o los animales?
3. ¿Qué pasa cuando una persona muere? ¿dónde va?

Hasta los 3 o 4 años hay una ignorancia relativa en cuanto al significado de la muerte y no se considera como una cosa definitiva. Entre 4 y 6 años, la muerte sigue siendo un hecho temporal y reversible, y las personas muertas tendrían sentimientos y funciones biológicas. Pueden preguntar cómo come el muerto o si va al baño. También pueden aparecer "pensamientos mágicos", en el sentido de que pueden creer que un mal pensamiento suyo causó la muerte de alguien. Entre 7 y 10 años, la muerte sería final e irreversible, pero los muertos conservarían algunas funciones biológicas. En casi todas estas edades, la muerte es algo que les pasa a los otros y no se piensa en una muerte propia. En realidad, antes de los cinco años no se llega a entender los cuatro componentes básicos de la muerte:

1. Es irreversible, definitiva y permanente.
2. Consiste en la ausencia total de las funciones vitales.
3. Siempre hay una causa que lo origina.
4. Es universal, es decir, que nadie escapa de morir.

También antes de esta edad es muy escasa la tendencia a llorar por un duelo. El que suele dar, sobre todo, es perplejidad y confusión. Es por eso que preguntan reiteradamente por la persona muerta: dónde está y cuándo volverá.

Diferentes autores (Gesell, 1954, Kübler-Ross, 1992 y Thomas 1983) han establecido una psicología evolutiva de la muerte que nos puede orientar y, también, como en las fases del duelo, condicionar. Preferimos coger la propuesta de COUSINET (1939), que no toma como referencia la edad:

- ◆ Primera etapa: el alumnado no puede entender el problema de la muerte.
- ◆ Segunda etapa: la muerte es una larga ausencia, una desaparición provisional.
- ◆ Tercera etapa: la muerte queda integrada en el niño o niña a través de los elementos sociales concretos (duelo, entierros...).
- ◆ Cuarta etapa: más o menos antes de la adolescencia aparece la conciencia de la propia finitud. El adolescente tiene conciencia del propio yo a partir de la conciencia de la finitud.

Lo que tienen en común los estudios antes mencionados son estas tres fases:

1. Desconocimiento de la muerte.
2. Descubrimiento real de la muerte de otro: aquella persona ya no está.
3. Descubrimiento de la propia muerte: yo también debo morir algún día.



COM ES REALITZA?

VII. 9 PRINCIPIOS BÁSICOS DE ACTUACIÓN EN LA GESTIÓN Y EL ACOMPAÑAMIENTO DEL DUELO

Para normalizar las situaciones de eventualidad trágica de la manera más educativa y humana posible, nos parece necesario partir de unos principios básicos que se puedan adaptar a cada circunstancia. Nosotros proponemos los siguientes:

1. Coordinación
2. Mirada y escucha sensible
3. Flexibilidad
4. Comunicación
5. Respeto
6. Generosidad
7. Inclusividad normalizadora
8. Atención al presente
9. Seguimiento

1. Coordinación

Las necesidades organizativas de cada centro acostumbran a ser diferentes, por eso se hace difícil generalizar propuestas, pero conviene seguir las directrices básicas que sugiere esta guía para establecer algunos aspectos organizativos propios. El primer paso, el de la coordinación, es previo a la eventualidad trágica y conviene haber leído las orientaciones de la guía y adaptarlas a las características del centro.

Sugerimos la creación de una comisión de trabajo formada por un representante de cada nivel, algún miembro del equipo directivo y la persona encargada de la orientación educativa. Esta comisión personalizará las actuaciones a seguir en caso de muerte en el centro y establecerá una persona portavoz del centro educativo y una persona coordinadora para llevar a cabo las orientaciones de la guía. No debe ser la misma persona, pero deben trabajar coordinadamente.

También se establecerá el proceso comunicativo (sobre el que hacemos algunas sugerencias más adelante), es decir:

- Cómo nos lo comunicamos entre nosotros
- Qué personas están implicadas
- Cómo se comunica al alumnado
- Cómo se comunica a la familia o a las familias



- Quién redacta los escritos o hace las llamadas telefónicas
- Cuál será el espacio físico donde comunicaremos la noticia

Esta comisión se encargaría de la elaboración de una carta de condolencia que es un gesto importante hacia la familia.

Sugerencias

- La persona que primero sabe de la noticia la comunica con discreción a la dirección y al resto del equipo directivo. Este la comunica a la persona responsable de la orientación educativa.
- La primera tarea es verificar los hechos. Si puede ser, hablando con la familia directamente.
- Una vez verificados, se hacen las comunicaciones oportunas: a la persona responsable de la tutoría, al resto del equipo docente y al personal no docente.
- Es importante tener actualizados permanentemente los datos personales: teléfono y correo electrónico del profesorado así como los teléfonos de las familias.
- Se hace una reunión para planificar como se informará al alumnado y a las familias.
- Dirección y jefe de estudios.
- Tutor/a del alumno/a afectado/da
- Responsable de la orientación educativa
- Depende del caso, se procederá de una manera u otra (podéis encontrar más información al Anexo “Casos”).
- Lo más importante es que los principios básicos de actuación señalados en esta guía estén presentes en cada una de las decisiones y actuaciones.

2. Mirada y escucha sensible (Conocimiento claro y preciso de la situación)

Existe la tendencia entre las personas adultas a la intervención y, además, de manera inmediata. Antes que nada, nos debemos parar, mirar, escuchar y contemplar la situación en toda su complejidad, así como tener en cuenta todas las personas implicadas. Es muy importante disponer de toda la información antes de tomar decisiones: ¿Qué ha pasado? ¿Cómo ha pasado? ¿Qué sabe el alumno/a? ¿Qué le han contado? ¿Qué ha contado (o no) a los compañeros/as? ¿Qué quiere hacer la familia? ¿Qué quiere la familia que se sepa y qué no? ¿Qué quiere hacer el alumno o alumna con respecto a la escuela o instituto?, etc.

El mensaje básico que el centro debe transmitir es: *“Estamos contigo. Para lo que necesites y cuando lo necesites”*

En muchas ocasiones esta tendencia a la intervención nos hace dar pasos que, a pesar de ser bienintencionados, pueden estar invadiendo espacios personales e íntimos de los cuales no somos conscientes. Debemos asegurarnos que niños, adolescentes y familias sepan que a su escuela o instituto van a encontrar un *clima de seguridad y calidez emocional*.

3. Flexibilidad (Adaptación a cada situación particular)

Quizá no deberíamos llenar esta guía de respuestas, sino de buenas preguntas. Quizá no debemos preguntarnos: "Cómo actuar en este tipo de situaciones", sino "Cómo actuar con esta persona (adolescente, adulto) concreto, en esta situación concreta".

El alumnado vivirá los cambios, las pérdidas y la muerte condicionado por la manera en que lo vivan las personas adultas que le rodean. Por fortuna, este condicionamiento es relativo, ya que, como niño, niña o adolescente, conserva su naturalidad, su espíritu investigador, su creatividad y su apuesta total por la vida. Y es aquí donde podemos aprender de nuestro alumnado.

Queremos actuar con el niño o adolescente o con la familia de la mejor manera posible, pero debemos considerar que quizá no hay una manera estándar aplicable. No hay recetas cerradas para estas situaciones. Tener en cuenta las orientaciones que estamos ofreciendo permitirá atravesar la situación trágica con más de un aprendizaje enriquecedor, más unidos y más preparados para cuando ocurra algo semejante en la familia o a la escuela o instituto.

4. Comunicación (Coherente, sincera y honesta)

Conviene saber del poder de la palabra y del poder del silencio. Mediante las palabras y el silencio ponemos de manifiesto lo que sentimos: de forma abierta y oculta. Nuestra cultura está basada en las palabras, pero el silencio tiene tanto valor comunicativo o más que las palabras. No solemos dejar espacio a la reflexión íntima, a la interiorización y al no saber. Estos tres conceptos suelen provocar miedo e inseguridad por desconocimiento y porque, culturalmente, no están relacionados con la profesión docente.

Lo más importante es que niños y adolescentes puedan percibir que las expresiones emocionales que se dan son sinceras. Que captan que la comunicación con el alumnado es honesta, es decir, que no hay engaños ni mentiras ni silencios desconcertantes. Y sobre todo, que se cuenta con el alumnado, con su opinión, tenga la edad que tenga. Eso le otorga la pertenencia a un grupo humano, pilar fundamental para sentir que no estará solo en esta etapa de su vida.

Cualquier situación es más soportable para un niño si sabe lo que está ocurriendo y no debe recurrir a su imaginación y fantasía para deducirlo. No saberlo le hace sentir inseguro, desprotegido y fuera de juego. "Por qué no cuentan conmigo? ¿Qué está pasando?...", se pregunta. Mientras estas cábalas y otras similares circulan, a veces, las personas adultas van tomando sus propias decisiones, ignorando qué puede estar sintiendo y sin valorar qué es lo más conveniente para todo el mundo. "Es mejor que no le digamos nada para que no sufra" o afirmaciones similares esconden el egoísmo y la autoprotección de las personas adultas por la dificultad que presuponen al haber de explicar una situación de separación, enfermedad, pérdida o muerte.

Damos por hecho que el alumnado tiene menos capacidad por afrontar situaciones difíciles, cuando diferentes investigaciones nos demuestran que tienen más recursos personales que las personas adultas para afrontar situaciones de tristeza y pérdida a causa de su capacidad de estar en el presente y de sus ganas de vivir. Nuestro alumnado tiene mucho que aportar a nuestras escleróticas visiones de la vida y la muerte, a nuestros condicionados conceptos de dolor y pérdida. En su afán por vivir, generan soluciones creativas a cualquier situación.

Peor que este silencio que oculta, son las mentiras que les explicamos para hacer del mundo un lugar amigable y hacer de la vida un recorrido plácido y sin problemas. El mundo es a veces es amigable y a veces es tremendamente injusto y sin sentido. La vida es un recorrido lleno de todo: alegrías, llores, ausencias, expectativas no cumplidas, etc. Y el secreto para enriquecerse es atravesarlo en compañía.

Así, ante preguntas del tipo: "¿Dónde es? ¿Dónde se ha ido?", podemos decir que hay tres momentos en la respuesta:

1. La respuesta más sincera es "No lo sé..." un *no lo sé* abierto, cuestionador, que invita a seguir indagando; pero muchas veces tememos decirla, como si al hacerlo, dejáramos a nuestro alumnado sin respuesta y eso fuera negativo. Pero visto desde otra perspectiva, si los adultos decimos "No lo sé", deja el campo abonado a la imaginación del alumnado y un espacio a llenar y construir.
2. El segundo momento sería introducir las creencias y expresar nuestra opinión, si la tenemos, siempre precedida de la aclaración que es una creencia y no una verdad absoluta: "A mí me gusta pensar que...". Las creencias son respetables mientras nadie intente imponer la suya. También es muy importante que aquellas personas que no creen en nada, no lo proclamen como una verdad absoluta, sino al mismo nivel de las creencias: "Yo creo que se van al cielo, porque soy cristiana"; "Yo creo a que se reencarnan porque soy budista"; "Yo creo que cuando todo se acaba, todo se acaba", etc.
3. Y el tercer momento sería el crucial: "No sé, a mí me gusta pensar que..., pero lo más importante es lo que tú piensas
4. Es fundamental que le podamos comunicar que:
5. Puede contar con nosotros para seguir avanzando en su proceso de conocimiento.
6. Ninguna de sus respuestas será censurada, adjetivada o menospreciada.
7. Nuestra respuesta no es más ni menos válida: es solo la que a nosotros nos gusta creer.
8. Todo eso genera una buena base para la riqueza del intercambio humano fundamentada en el respeto, la comunicación con el otro y la confianza.
9. Al Anexo 1: "Cómo comunicar las malas noticias" encontraréis más información.

5. Respeto

Cualquier guía de actuación en caso de muerte a la escuela o instituto, debe desarrollarse teniendo en cuenta las necesidades, la vivencia y la elaboración del alumnado, tomando este referente como guía y fuente de conocimiento de las personas adultas.

Eso significa:

- a. Respetar cualquier decisión que tome nuestro alumnado, a pesar de que nosotros no estemos de acuerdo. Recordamos siempre que es su proceso y que nosotros estamos para canalizar y acompañar y no para imponer.
- b. Consultar con la familia que ha tenido la pérdida antes de tomar cualquier decisión.
- c. Evitar que se produzcan conversaciones que juzguen, ofrecer a las otras familias espacios y vías de información y coordinación con el centro para que no se produzcan conductas aisladas.
- d. Responder a cualquier pregunta que nos hagan, a pesar de que sabiendo que lo que están pidiendo no es una respuesta lógica o racional, sino una complicidad que ayuda a llevar mejor la situación.
- e. Tener cuidado de las muestras físicas de afecto: no todas las personas reciben de buen grado el contacto físico como un abrazo o un beso y eso es totalmente respetable. Como siempre conviene observar antes de actuar.
- f. En situaciones de muerte y duelo se pone más en evidencia si la persona tiene creencias religiosas o no. Nuestras creencias -o la falta de ellas- deben quedar relegadas a un segundo plano. Lo que ahora importa es que la familia que ha sufrido la pérdida lo haga a su modo.

Por tanto el respeto debe ser:

- Por la vida que continúa
- Por uno mismo
- Por la persona que ha faltado
- Por la persona o personas que más directamente sufren la pérdida
- Por todo el alumnado
- Por todo el profesorado y personal no docente
- Por las creencias y las maneras de hacer de la familia.

6. Generosidad

No podemos evitar a nadie el sufrimiento pero sí que podemos hacérselo más soportable. Cuando alguien sufre, lo que podemos hacer es estar a su lado, acompañarlo, hacerlo sentir que no está solo. Si las personas podemos asumir las pérdidas con naturalidad, conciencia y afecto, activamos el sistema inmunitario emocional y cada vez tenemos más defensas y más capacidad de gestionar e integrar sentimientos de dolor, tristeza o pérdida.

Como personas educadoras y como personas adultas tenemos la responsabilidad de encontrar la manera de comunicar una mala noticia y de aprender a acompañar en el dolor y el sufrimiento. Cerrar los ojos al sufrimiento es egoísmo, justificado y encubierto por el tabú social. Acompañar a la otra persona en su sufrimiento, si lo desea y de la manera en que lo necesita, es generosidad.

Es importante que esta generosidad sea consciente y regulada:

- Saber ver las necesidades del otro. En muchas ocasiones el alumnado (incluso las personas adultas) no pueden expresar verbalmente y directamente lo que necesitan, lo debemos saber ver.
- Nos ofrecernos en aquellas situaciones que sabemos que podemos hacerlo porque tenemos las condiciones o habilidades para hacerlo.
- No ofrecernos para aquellas situaciones para las que no tenemos esas condiciones; otras personas las tendrán.
- Se trata de tejer una red de apoyo donde cada persona ofrezca lo que puede ofrecer y nos apoyamos mutuamente.
- Cuando se trata de ayudar, debemos saber de qué tiempo real disponemos para ofrecer. Mejor dar poco, pero constante, que prometer mucho y después no poder cumplirlo.
- Ayudar no necesariamente pasa solo por sentarse y hablar, pueden ser muchas otras cosas: llevar o recoger a nuestros hijos e hijas de la escuela; llevar una comida preparada; arreglar la casa, tomar un café o un paseo por el campo o la mar, hacer la compra, etc.
- Debemos evitar el desgaste personal. El duelo es un proceso, no es una carrera de 100 metros, es una maratón y debemos reservar y dosificar el tiempo y la energía para no quedarnos exhaustos a la mitad del camino.

En el ofrecimiento de ayuda, tenemos en cuenta nuestras necesidades y estas deben ser compatibles con las de la persona a la que vamos a ayudar.

7. Inclusividad normalizadora

Cuando un niño o niña pierde algún miembro de la familia puede tener el sentimiento de ser diferente. A veces se ponen nerviosos en situaciones sociales con iguales por miedo de ser discriminado o criticado. Parte de nuestro alumnado, al principio, prefiere estar con adultos de confianza que con sus compañeros. Es muy importante que tanto los iguales, como las personas adultas, se relacionen con normalidad con la persona que afronta el duelo.

En muchas ocasiones, y a pesar de que parezca paradójico, si el mensaje de “estamos contigo para lo que necesites y cuando lo necesites”, ha sido bien enviado, no harán uso de la ayuda que les ofrecemos. La razón es que la escuela o instituto es el lugar donde pasan la mitad del día, es su segundo hogar, por decirlo de alguna manera, y desean que todo continúe como siempre, ya que si en casa todo se encuentra en una situación de desconcierto, por lo menos hay un lugar donde pueden continuar siendo quienes eran. Si la persona se siente comprendida, respetada y acompañada tendrá más capacidad para integrar la situación dolorosa. Inclusividad, entonces, quiere decir:

- Tener cuidado con su comportamiento dentro del aula, su relación con los iguales, su interés por los estudios y el rendimiento académico, pero de tal manera que no se sienta “vigilada”; a veces temen sentir sobreprotección por su situación y no les suele gustar ser tratados con demasiada amabilidad. Los niños y niñas y los adolescentes quieren ser tratados con normalidad y, a la vez, con consideración por sus circunstancias. Aquí reside nuestra creatividad como docentes: encontrar el punto medio entre que no constituya el centro de atención y actuar como si nada hubiera pasado.
- Es importante que el profesorado no cambie sus exigencias en cuanto a la conducta correcta, sabiendo que, en algunos casos, los niños o adolescentes que están en duelo, pueden presentar menor capacidad de atención, puede resultar más difícil la concentración (necesitan pensar en la persona que se ha ido, cómo será su vida a partir de ese momento, etc.) y quizá se le olvidan las cosas con más facilidad que antes (pedir a las familias una firma, los deberes, un proyecto, el estuche, etc.). Ante estas actitudes, debemos tener más paciencia y flexibilidad.
- Conviene designar una persona a la que podrá acudir cuando lo necesite. Lo ideal es que sea la persona responsable de la tutoría o de la orientación educativa, dependiendo del vínculo que tenga con estas personas. Siempre es más conveniente alguien con quien ya tiene el vínculo hecho.
- También es importante designar un lugar, un espacio donde pueda ir en caso de sentir necesidad de estar solo o con algún amigo o amiga.
- Ofrecerles la posibilidad de gritar en casa en cualquier momento, la muerte es imprevisible y a veces temen por las personas adultas de su familia que están vivas.
- Flexibilidad metodológica: en los primeros meses, prestaremos atención al funcionamiento del aula y si vemos necesario darle más tiempo en los exámenes, a la entrega de los trabajos, o a ser el foco de atención, etc. Dependerá de nuestra sensibilidad didáctica que debemos activar al 100%.
- Coeducación: debemos tener cuidado con los prejuicios sociales que marcan en estos casos cuáles son los comportamientos de los “hombres” y cuáles los de las “mujeres”, para abrir horizontes y permitir cualquier expresión de sentimientos.
- ¿Cómo trabajar la inclusión normalizadora con el resto del alumnado?
- Hablar del duelo: Una vez, el centro educativo ha contactado con la familia y ha recibido el permiso para hablar sobre la muerte al aula, el profesorado puede abrir el tema y hablar de cómo el duelo nos afecta y, sobre todo, dejar al alumnado hablar en libertad.
- Volver al aula: se les puede pedir en clase reflexionar respecto del tratamiento que querrían tener en la misma situación.
- Explicar que pueden encontrar cambios en la conducta de la persona en proceso de duelo cuando vuelva y que no le tengan demasiado en cuenta si se enfada más de la cuenta, si se aleja de los compañeros habrá que tener un poco más de paciencia sin caer en el consentimiento.

- Ofrecer ayuda a los iguales que pueden sentirse impotentes o frustrados por no poder hacer nada o aquellos que puedan recordar alguna pérdida propia.
- En los casos de muerte encontraréis las indicaciones en el documento “Casos particulares de acompañamiento educativo en casos de muerte y duelo”
- Dentro de este documento hay uno destinado al alumnado. “¿Qué puedo hacer por dar apoyo a un amigo que está en duelo?”

8. Atención al presente. (Día a día)

La idea de vivir en el presente es buena, pero no solo para momentos de pérdida y duelo, es recomendable para cualquier etapa de nuestra vida. El alumnado es experto en vivir el momento. A las personas adultas nos resulta difícil porque solemos “vivir” el nuestro repensando el pasado o diseñando el futuro. Es realmente importante que seamos conscientes de la manera en la que nuestros pensamientos son la causa de muchas angustias y preocupaciones innecesarias; con eso la única cosa que conseguimos es perder el tiempo (y ya sabemos que es limitado).

Vivir con conciencia de finitud nos da esta capacidad de no arrastrar asuntos pendientes innecesariamente ni hacer cálculas de futuro. Es preferible decir "perdón", "te quiero", "lo siento", "gracias", etc. para poder seguir gozando de nuestras relaciones lo más plenamente posible y no arrepentirnos de nada en el momento final de vida. Este aprendizaje de estar atentos a nuestros pensamientos, sensaciones y emociones da a las personas más claridad para:

- Estar más receptivos a los sentimientos de la persona que está de duelo.
- Estar atentos a las emociones cuando surgen y saber gestionarlas.
- Saber que si el niño, niña o adolescente vive un episodio de tristeza o alguna reacción inhabitual, lo tomaremos como lo que es: un episodio. Sin hacer más elucubraciones o interpretaciones, a no ser que se repita con frecuencia.
- Saber que si el niño, niña o adolescente no hace muestra de estar de duelo, lo tomaremos como lo que es: de momento, no lo desarrolla, y seguiremos serenamente atentos.
- Saber lo que sentimos en cada momento y con cada persona con la que nos cruzamos y, por tanto, actuaremos en consecuencia.
- Ser conscientes de lo que estamos pensando.
- La capacidad de estar en el presente desarrolla una percepción sensible de las personas y las situaciones que vale la pena experimentar.

9. Seguimiento. (Después del después)

Con la velocidad con la que vivimos actualmente, es muy probable que durante el primer mes, las personas estén pendientes e interesadas y lo muestran, pero es difícil mantener este interés.

Para muchas personas, no son los primeros meses los más dolorosos, sino más tarde; por ello, es de vital importancia dosificar la ayuda. Para aquellos que han sufrido la muerte de un familiar, generalmente, los días festivos intensifican la tristeza y el dolor que ya de por sí sienten. Los recuerdos de los días festivos pasados son un gran contraste respecto a la pérdida que sienten. Y la persona que está de duelo puede sentirse más aislada y

diferente en estos momentos. Tanto los niños y niñas como las personas adultas sienten soledad fuera del círculo de diversión, alegría y unión.

Conviene:

- Tener en cuenta que la expectativa de los días festivos, en general, es tan difícil o más que los mismos días festivos.
- Aceptar los recuerdos. Los recuerdos son uno de los mejores legados que quedan cuando alguien muere. Compartir y escuchar sus recuerdos y los recuerdos de los niños y niñas, llorar y reír juntos, hace que la persona muerta forme parte de estos días especiales.
- Crear un plan. Planificar, junto al alumnado y el profesorado, así como con las familias, qué se hará durante estos días especiales, qué tradiciones mantendremos este año y cuáles no.
- Tener paciencia. No importa cuánto tiempo ha pasado desde la muerte. Son muy importantes todos los días festivos durante el primer año.

No olvidamos que la pérdida de una persona es para siempre y que, a pesar de que el tiempo hace su tarea, eso no quiere decir que el sentimiento de ausencia haya menguado. Recordamos que cada duelo es cada duelo y que no hay patrones fijos sobre los que apoyarnos.

VIII. ENFOQUE PREVENTIVO

No se educa para las pérdidas solo en el momento que se producen, hay un recorrido educativo previo que podríamos dividir en cinco áreas:

1. **Educación en la observación atenta y reflexionada.** Observar y comentar los cambios en la naturaleza y sus ciclos; las personas y las etapas; para constatar que la vida es transformación y cambio constante. Plantearles preguntas animando siempre a buscar respuestas propias, alentando a la duda que provoque indagación.
2. **Educación en la autonomía, la solidaridad y la responsabilidad.** Un exceso de permisividad disminuye la capacidad de soportar la adversidad y el esfuerzo; debilita el sistema inmunológico emocional porque no hay un marco educativo definido donde los actos tienen consecuencias. En la vida diaria conviene no ponerles las cosas demasiado fáciles, conviene darles oportunidades de reflexión y superación cuando han tenido un contratiempo, proponer desafíos que puedan alcanzar con esfuerzo y perseverancia, dotarlos de estrategias de afrontamiento. Todo eso los permitirá avanzar por la vida seguros y teniendo en cuenta a las otras personas. Eso no se hace en un día, sino en la continuidad de la convivencia y desde que nacen.
3. **Educación en la resiliencia.** El primero que utilizó este término fue Bolwby (1992) y la definió como "resorte moral, calidad de una persona que no se desanima, que no se deja abatir". He aquí algunas definiciones según varios autores:

"La habilidad por surgir de la adversidad, adaptarse, recuperarse y acceder a una vida significativa y productiva "(Bice, 1994).

"Es el arte de navegar en los torrentes" (Cyrułnik, 2002).

La prevención consiste en desarrollar en nuestro alumnado el descubrimiento de sus cualidades y potenciarlas para conseguir su realización personal y activar su capacidad de resiliencia, que no es otra cosa que la finalidad última de la educación: conseguir una sociedad más justa, más libre, solidaria y comprometida porque hemos formado un ser humano más justo, libre y comprometido. La tarea del profesional comprometido/a con este modelo preventivo consistirá en ayudarlos a reconocer y fortalecer los vínculos afectivos que los unen, la confianza básica que tienen en sí mismos y en su familia y en encontrar los recursos internos que poseen.

4. **Educación para una inteligencia emocional.** Según Bisquerra (1999), los objetivos de la educación emocional se deberían dirigir hacia un mejor conocimiento de las emociones, tanto las propias como las de los otros, y a generar estrategias para prevenir todo lo que implican las emociones negativas y saber gozar de las positivas. De esta manera se desarrollaría lo que se denomina inteligencia emocional y se tendría una actitud más positiva ante la vida. La pedagogía de la vida y de la muerte formaría parte de esta educación emocional. Educar para la vida y para la muerte significa ayudar a aceptar los límites personales. Es básico saber que no somos omnipotentes. En general se procura que los niños y niñas sean lo más autosuficientes posible, que dependan de los otros lo menos posible. También es necesario que sean conscientes de que las personas se necesitan entre ellas, porque solas no pueden llevar a cabo ni superar algunas situaciones. Aceptar que las personas estamos limitadas debe ser un objetivo de la educación.
5. **Educación para la salud.** Ante la pérdida de un ser estimado, el alumnado puede tener infinidad de reacciones, pero si se les ha ofertado una base de valores y actitudes positivas, esta pérdida se podrá ir asumiendo de la forma menos traumática posible. Si se ha hecho prevención, disminuirá el riesgo de trastorno emocional. Educar para la salud implica también enseñar a dormir las horas adecuadas cada día, tener hábitos saludables, una dieta adecuada, etc. Estas condiciones “sanas” ayudan en cualquier proceso emocional.
6. **Educación para la trascendencia.** Trascendencia es la calidad de trascendente que quiere decir lo que sobrepasa los límites de la realidad concreta. En educación es ampliar el universo del alumnado, cuando aprende una nueva habilidad o un nuevo conocimiento, está yendo hacia un terreno que aún le es desconocido; educar para la trascendencia es despertar esta curiosidad para el que aún no conoce, fomentar el deseo de ir más allá, ampliar horizontes, animar a cuestionar y cuestionarse, participar en este proceso constante que tienen los niños, niñas y los adolescentes sobre preguntas esenciales de la vida y la muerte.

En general, cada nueva etapa del desarrollo evolutivo de nuestro alumnado supone una pérdida o separación mayor de la dependencia de sus cuidadores, así como una pérdida del estatus y los modelos de relación alcanzados hasta este momento de su desarrollo. El destete, la bipedestación, la entrada en la escuela, los cambios corporales o los cambios en las relaciones con las familias o con los iguales implican una transformación y un proceso de duelo a elaborar.

El proceso de vivir se encuentra siempre marcado por las pérdidas. En este sentido, la vida humana y el crecimiento o desarrollo psicológico pueden entenderse como un conjunto de procesos de duelo que se suceden a lo largo de la vida.

Educación supone generosidad, esfuerzo, perseverancia, honestidad y coherencia. Educación supone aplicarnos lo que predicamos. Y eso no siempre es fácil ni estamos siempre dispuestos. Pero podemos verlo desde una perspectiva más motivadora: educación es compartir, acompañarnos mutuamente, celebrar, despedir y descubrir en la interacción nuestras debilidades y fortalezas. Así, los niños y niñas van descubriendo autónomamente la vida y las pequeñas

muerres, van sacando conclusiones de sus propias experiencias y percatándose de las consecuencias de hacer las cosas de una manera o de otra.

Proponemos diferentes vías de intervención preventivas

La educación para la vida y la muerte, desde su enfoque previo o curricular, se puede desarrollar desde las siguientes pautas comunes:

- Partir de los contenidos educativos de las áreas curriculares, enriquecidos con los transversales consensuados.
 - Trabajar la presencia de la muerte sin que se perciba una atención especial.
 - Razonar con naturalidad, evitar prejuicios.
 - Comunicar con sensibilidad, no con sensiblería o insensibilidad.
 - Buscar el desarrollo del sentido reflexivo crítico, autocrítico y transformador. Las anteriores indicaciones se organizarían en técnicas de enseñanza, que son las habituales de las personas educadoras. Una de las características es que, por ser propuestas metodológicas, deben programarse.
1. **De manera interdisciplinar.** Se trata de coordinar diferentes departamentos, en el caso de la Educación Secundaria, y de profesorado de diferentes áreas en el caso de la Primaria. Tiene la ventaja de ofrecer una perspectiva globalizadora, aunque presente un cierto grado de complejidad por la coordinación que implica.
 2. **Intervenciones improvisadas.** Aunque quizá sea la forma más habitual, no las recomendamos, ya que pecan de falta de planificación y de reflexión y dependen exclusivamente del talante y los recursos personales de cada docente con las subsiguientes faltas de rigor y coherencia.
 3. **Incluyéndolo en el proyecto educativo de centro.** Si el centro educativo tiene en cuenta la importancia de la normalización de la muerte y del acompañamiento educativo, contemplará de buen grado incluirlo dentro del PEC. Para conseguir que el PEC sea funcional, se decir, para que tenga repercusiones reales y tangibles en el funcionamiento del centro, es imprescindible que haya conocimiento, motivación, compromiso, recursos, etc., por parte de la comunidad educativa. Si no hay todo eso, el PEC es sencillamente un documento escrito. A la vez, el PEC se ha de ir revisando periódicamente para actualizarlo y dar coherencia a la tarea educativa. Si la pedagogía de la vida y de la muerte está contemplada en el PEC, esta debe ser asumida por todo el colectivo a quien va dirigida. Para buscar las formas de aplicación de esta pedagogía, es necesaria una participación de todas las personas implicadas para evitar interpretaciones diversas y, de esta manera, trabajar en una misma línea. Los padres y madres deben estar informados de esta tarea igual que lo están otros. El PEC debe estar aprobado por el Consejo Escolar donde también hay representantes de los padres y madres de la escuela. Por tanto, las familias también están implicadas en esta pedagogía de la vida y de la muerte. Ahora bien, ante los miedos, inseguridades y dudas que la muerte genera, es básico clarificar a las familias qué tipo de tarea se llevará a cabo. A menudo, las familias que forman parte del Consejo Escolar están enteradas del contenido del PEC, pero el resto de familias no le conocen bien. Es imprescindible, pues, informar para evitar malentendidos o desacuerdos. En un tema tan delicado como los que nos ocupan, cuanta más información tengan las familias, más confianza pondrán en la tarea de los educadores y más colaborarán para llevarla a término.
 4. **Insertado en el currículo.** Cada materia ofrece, si lo sabemos ver, contenidos a relacionar con el tema de la vida o de la muerte (Cortina, el Sr. 2003; Herrán, A. de la; González, Y .; Navarro, J .; Bravo, S. y Freire, V. 2000): la música, la literatura, la historia, las ciencias de

la naturaleza, la ética, la filosofía, la física y química, etc. En todas ellas podemos ver reflejado el tema y realizar actividades, así como podemos comprobar que la inquietud por la muerte es una cosa inherente al ser humano, de cualquier época y de cualquiera cultura. Lo ideal es que estas actividades se vean reflejadas en la programación de aula y en el proyecto educativo.

5. **Desde las tutorías.** Nuestra propuesta quiere señalar que los destinatarios básicos son los tutores o las tutoras siempre en coordinación con el departamento de orientación. La tutoría es el espacio natural donde abordar a fondo inquietudes y cuestionamientos del alumnado. Dado que en Educación Infantil y Primaria no hay unas horas semanales dedicadas a tutorías, debemos recurrir a otros momentos, es decir, aprovechar cualquier situación que se presente en clase a través de alguna vivencia o de algún comentario por parte del alumnado.

Cuando se ha hablado de la muerte en casa o a la escuela o se ha trabajado en el aula desde alguna de las vías propuestas, podemos concluir que el proceso de acompañamiento al duelo y la vivencia del propio duelo se produce de una manera más espontánea y natural.

Al anexo 2 hay varias fuentes donde encontrar propuestas didácticas y metodológicas por las diferentes edades. Y al anexo 3 os ofrecemos una serie de recursos filmicos y literarios para trabajar la muerte de manera previa o preventiva.

IX. ACTUACIONES PARTICULARES: CASOS

LA MUERTE DE UN ALUMNO DEL CENTRO

La muerte se produce en el mismo centro (Educación Primaria)

Un alumno del centro de 10 años se encuentra mal y pide salir en conserjería a llamar por teléfono a su familia. El docente le da permiso y hace que alguien le acompañe. El alumno llama y la familia confirma que viene a buscarlo. Mientras llega, el alumno sufre un ataque de corazón y muere. Cuando la familia llega, quince minutos más tarde, se encuentra la noticia.

¿Qué hace el centro?

- El profesorado presente o el personal de conserjería informa al equipo directivo.
- El equipo directivo atiende a la familia e informa al orientador u orientadora de lo que ha pasado
- De la manera más discreta posible, se informa al profesorado
- El orientador o la orientadora y el tutor o la tutora se ocupan de la familia
- Como el alumno tiene dos hermanos en el centro que son más pequeños, se les llama para que estén con la familia.
- Cada encargado de la tutoría se reúne con su grupo clase y comunica la noticia al alumnado, teniendo en cuenta su edad y mediante la fórmula "Debo daros una mala noticia" o similar para preparar el terreno.
- Se redacta una carta para las otras familias en que se informa de la muerte, se pide discreción, se adjunta el díptico que tenemos preparado en el centro para dar a las familias y se dice que al día siguiente tendrán más información.
- Si el entierro se hace en el día siguiente, una representación del centro asiste; lo más recomendable es que sea el equipo directivo, el tutor y el orientador. También se pregunta a los padres si podemos invitar al

alumnado de la clase. Si nos dan el permiso, se informa del número de acompañantes permitidos, respetando que alguien no quiera asistir.

- Si el funeral es más tarde, se propone al alumnado hacer en el centro algún tipo de ritual o ceremonia de despedida, su grupo-clase propone algunas ideas y entre todos las hacemos posibles.
- El grupo clase decide colgar en un árbol frases de despedida que el viento y el tiempo se llevarían. Se comunica al resto de clases esta idea por sí ellos también quieren escribir frases y colgarlas. Todos los alumnos bajan al patio del centro y sus compañeros y quien lo desea cuelga elementos como: poemas, frases y dibujos dedicados a la persona que ha faltado.
- También deciden que su silla y su lugar permanecerán vacíos hasta el final de curso como recuerdo.
- Las clases vuelven a la normalidad dos días después, teniendo en cuenta que el ambiente durante un tiempo será, por lo menos, diferente. El profesorado sabe que debe responder a las preguntas del alumnado aplicando la flexibilidad metodológica y la inclusión normalizadora.
- La comunicación con la familia del alumno que ha muerto se intensifica por dos motivos: ofrecer nuestro apoyo y por los otros dos hijos que tienen en el centro. Nos aseguramos que estaremos atentos a cualquier cambio que observemos y que estaremos en contacto.

La muerte se produce fuera del centro de manera inesperada por un accidente de moto (Educación Secundaria)

- Una alumna en horario extraescolar tiene un accidente de moto y muere en el acto.
- El docente que primero sabe la noticia informa al equipo directivo.
- El equipo directivo informa a la persona responsable de la orientación educativa.
- Se pone en marcha el protocolo.
- Cada tutor/a se reúne con el grupo-clase y comunica la noticia al alumnado mediante la fórmula “Debo daros una mala noticia” o similar. Se dedica el tiempo que sea necesario a tratar el asunto y se pregunta qué piensan, qué podrían hacer como compañeros/as.
- Si el entierro se hace al día siguiente, una representación del centro asiste; como mínimo convendría que fuera el equipo directivo, los responsables de la tutoría y orientación y cualquier compañero o compañera que desee asistir. Se comunica a la familia la intención del centro de participar en el funeral y se pide si están de acuerdo. Evitamos cualquier comentario o crítica hacia las personas que no desean asistir al entierro. Recordamos la importancia del respeto.
- Si el funeral es más tarde, se propone al alumnado hacer en el centro algún tipo de ritual o ceremonia para decir adiós a la persona que ha fallecido. El grupo-clase propone algunas ideas y entre todos las hacemos posibles.
- Se decide entre todos qué hacer con su lugar dentro del aula.
- Se hacen propuestas para su recuerdo.
- Las clases vuelven a la normalidad, teniendo en cuenta por parte del profesorado que puede haber reacciones inesperadas de compañeros y compañeras y que deberán ser encaminadas con paciencia. Se tiene en cuenta si el alumnado durante los primeros días quiere hablar del tema o trabajarlo de alguna manera; si es así, hay que canalizarlo.
- Durante todo el curso se está atento al comportamiento y actitud del grupo y de las personas más próximas. Quizá quieran hablar del tema, no los primeros días, sino mucho más tarde.

La muerte se produce fuera del centro después de una enfermedad grave (Educación Infantil y Primaria)

- La alumna tiene 6 años y está diagnosticada de un cáncer grave. Ha pasado por una operación para extirpar el tumor y está pasando por un tratamiento preventivo de radioterapia y quimioterapia. Al ser sus visitas al

hospital poco frecuentes los padres han hablado con el tutor por si pueden llevarla de manera intermitente a clase, ya que la niña pide ir.

- El tutor acepta y se muestra abierto a colaborar.
- Los compañeros y las compañeras acogen la niña con mucha alegría y naturalidad. El maestro previamente ha explicado que la niña suele faltar a clase porque tiene una enfermedad por la que debe ir al hospital a menudo pero que, nada más pueda, asistirá al aula porque tiene muchas ganas de jugar con ellos y ellas.
- La alumna va a clase de esta manera y conforme el tratamiento avanza y ella va perdiendo los cabellos, se pone un pañuelo en la cabeza y continúa asistiendo. Los niños y las niñas no preguntan, saben que es cosa de la enfermedad y la tratan igual que al resto. Uno de sus compañeros decide ser su “cuidador” y procura que no le pase nada, que no se caiga, que nadie la insulte ni la pegue; ella está encantada, ya que ha perdido parte del equilibrio y su motricidad no es demasiado buena.
- El maestro se muestra atento pero sin intervenir, deja que sea el alumnado quien lo gestione a su modo mientras todos se sienten bien.
- La niña tiene una bonita relación con el maestro y le cuenta cuando le pasa algo con lo que no está de acuerdo.
- Cuando el equipo médico comunica a la familia que ya no hay nada más que hacer, la familia se lo comunica al maestro por ver como deben actuar.
- Convocan todos a los padres y madres de la clase a una reunión informativa a la que asiste un familiar y no el padre o la madre, que prefieren no exponerse emocionalmente. En esta reunión se informa de la situación y se pide discreción y respeto por la familia. Se decide que cuando ocurra, será el maestro quien comunique la noticia al alumnado para que se enteren todos al mismo tiempo. Las otras familias estarán atentas al desenlace para poder dar respuesta a las preguntas de sus hijos e hijas.
- Como la familia hará una ceremonia privada y en casa, no hace falta preguntarse sobre la asistencia de los compañeros y las compañeras al funeral.
- En el aula, el alumnado decide dejar su silla vacía para recordarla y le hacen un cuento entre toda la clase.
- En esta ocasión, ha sido el tutor quien ha gestionado toda la situación, teniendo a una maestra siempre a su lado en las decisiones difíciles e informando al resto del profesorado, el equipo directivo y al personal no docente de cuanto va pasando.

La muerte de la madre de un alumno de E. Primaria

- Un alumno del centro, que tiene 8 años y está en segundo de Educación Primaria, tiene a su madre enferma de cáncer desde hace tres meses con mal pronóstico. Tiene un hermano con retraso cognitivo y es la abuela quien se ocupa principalmente de ellos. Sus condiciones económicas son de nivel bajo. Los niños no saben la verdad, solo saben que su madre está en el hospital, pero la abuela ha decidido que no la visiten porque no quiere que vean a su madre con mal aspecto. Cuando la madre muere, tampoco se lo comunican al niño, hacen el entierro mientras el alumno y su hermano está en escuela.
- Finalmente, el niño se entera por los compañeros de la muerte y entierro de su madre a quien creía en el hospital. El padre acude al despacho de la orientadora para pedir ayuda. La maestra, también.
- El padre se percata de que no ha sido correcto el hecho de no compartir la enfermedad y la muerte con ellos y que no debía haber dejado todas las decisiones en manos de la abuela, y pregunta qué se puede hacer ahora. Se tranquiliza y se habla de cuál será la mejor manera de actuar. Se le ofrece la posibilidad de que el padre hable con su hijo delante de la orientadora por si le resulta menos incómodo. Finalmente, el padre se decide a hacerlo él en casa con los dos hermanos y vuelve unos días después para pedir que se haga algo en la escuela porque él no sabe que más hacer, está agobiado por todo lo que ha pasado y por el nuevo rol de padre que ahora debe ejercer.

- La orientadora y el padre tienen una entrevista donde se le da información sobre cómo el alumnado se toma las pérdidas y cuál sería la mejor manera de vivir juntos esos momentos. También se le dice que puede ir a hablar cada vez que lo necesite. Y que se le mantendrá informado de la marcha del niño en la clase.
- En el aula, la maestra ha pedido orientación sobre lo que puede hacer. Entre las dos, deciden, en primer lugar, conocer lo que sabe el alumnado de la clase, haciendo asamblea o reunión de grupo, según la costumbre. Una vez seguros de que el propio alumno, ya lo sabía por boca de su padre y los otros, los compañeros de clase empiezan una conversación sobre las pérdidas que han sufrido y la maestra los invita a hacer un dibujo.
- A partir de este momento, el alumno no para de dibujar a su madre en cualquier momento que tiene libre, e incluso, mientras el resto hacen tareas escolares.
- La maestra habla con él sobre la belleza de sus dibujos, y aprovecha para que él le hable de su madre; también le dice que intente dibujar en los momentos en que ha acabado la tarea pero con flexibilidad, dejándolo ver que ella sabe hasta qué punto es importante para él dibujar a su madre.
- En este caso, la orientadora no interviene directamente con el alumno porque la maestra tiene un buen vínculo con él y muy buena predisposición para permitir que el alumno lleve el duelo a su modo, ofreciéndole este espacio de seguridad y calidez emocional.

LA MUERTE DE UNA PERSONA DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA

La muerte de un padre en Educación Secundaria

- La alumna tiene 14 años y su padre muere después de un año de estar enfermo en casa. Es paleontólogo, ha viajado mucho. La alumna tiene un hermano bastante más mayor. La madre pide cita con la orientadora para explicar lo que ha pasado y para que estemos atentos a cualquier cambio significativo, indicio de malestar emocional o dificultad que la alumna pueda mostrar. Durante el curso, ella no muestra ningún cambio evidente y prefiere guardar silencio con respecto al tema. Al cabo de 7 meses, y justo cuando empieza el curso, la madre vuelve a hablar con la orientadora para decirle que la niña ha empezado a tener pesadillas con su padre, que viene a buscarla. La madre se asegura que la niña quiere hablar con la orientadora y que necesita ayuda.
- La orientadora habla con la alumna, la cual le repite lo que la madre ya le había contado. También le dice que ella quiere ser egiptóloga y que tiene una colección de piedras en su casa (imitando de alguna manera la tarea que hacía su padre). La orientadora, después de ver la importancia que ella le da a esas piedras y el mundo mágico en que ella vive, le sugiere que coja la que más le guste y que la tenga como un amuleto de la buena suerte. Le pregunta a la alumna si no le importaría cambiar de habitación y ella dice que encantada porque, de hecho, es lo que estaba haciendo; se va a dormir a casa de una amiga para evitar su propia habitación, ya que la madre tiene una nueva pareja y no quiere molestar por las noches.
- La orientadora habla con la madre con toda esta nueva información y habilitan una habitación más luminosa y con ventana al exterior por ella.
- No vuelve a tener más “visitas” del padre.
- La alumna ha percibido que se han ocupado de sus miedos, porque han buscado una solución, se siente protegida y ya nada tiene que temer.
- En este caso, no ha sido el tutor quien se ha ocupado sino la orientadora. Se ha respetado en todo momento la decisión de la alumna para que nadie de su grupo, ni el profesorado se enteren de nada.

La muerte de un docente del centro (Educación Secundaria)

- El docente que primero tiene conocimiento informa al equipo directivo.
- Éste habla con la orientadora y deciden comunicarlo al resto del equipo docente del centro y del personal no docente en una reunión improvisada, pero teniendo en cuenta todas las orientaciones básicas sobre la comunicación de malas noticias. Se explica quién será el encargado de comunicar la noticia a su grupo-clase.
- Se reúnen la jefa de estudios, la orientadora y una profesora que tiene un buen vínculo con el grupo-clase del que era profesora y que forma parte del equipo educativo del grupo.
- La profesora entra en el aula y les dice que les debe comunicar una mala noticia; por la expresión de algunas caras, lo intuyen pero no dicen nada, prefieren que sea la profesora la que lo diga. “Sabéis que..., llevaba un tiempo enfermo..., pues, ayer murió” y deja un espacio de silencio. El alumnado, al cabo de un rato, empieza a hablar y alguien pregunta si pueden ir al entierro y hacerle algún tipo de homenaje. La profesora dice que lo consultará con la familia, pero que seguro que no habrá ningún problema y aplaude estas iniciativas.
- Se hace una reunión con el resto de personas tutoras, jefe de estudios y orientadora para unificar el momento de comunicar la noticia al resto del alumnado y de qué modo.
- El equipo directivo llama a la familia para darle el pésame y preguntarle si su grupo clase puede acudir al entierro. También se le dice que el alumnado quiere hacer algún tipo de ceremonia de despedida en el instituto. No ponen ningún tipo de inconveniente; bien al contrario, se sienten muy agradecidos.
- El alumnado le hace un libro del recuerdo con poemas, dibujos y fotos y se lo regalan a la familia.

IX. CONCLUSIONES

Muchas personas se encuentran desorientadas cuando en su entorno, ya sea familiar, escolar o profesional, aparece la enfermedad, el sufrimiento, el dolor, la pérdida o la muerte. Confiamos poco en nuestra capacidad de saber estar con una persona que sufre y, a veces, evitamos su encuentro por esta desconfianza, dejando a la otra persona en soledad. Saber estar al lado de las personas que sufren por el motivo que sea, es ganar en humanidad.

Poder hablar de la muerte en la escuela o instituto nos permite hacer posible que niños y jóvenes la entiendan como parte integrante de la vida y como el fin natural. Además, esta vivencia los ayuda a crecer con la mínima angustia en relación con la muerte. También podemos entender mejor la dinámica del duelo y las diversas formas de reacción ante la pérdida de seres estimados, así como ser capaces de expresar serenamente los sentimientos propios y de respetar al mismo tiempo la manifestación de afectos y vivencias de otras personas. Desde la parte formativa, intentaremos que la muerte de una persona estimada pase a ser una ocasión de crecimiento personal y de ofrecimiento de ayuda a los que la sufren.

¿Por qué educar teniendo en cuenta la muerte y el duelo?

Por amor: una enseñanza que evita hablar de la muerte no se está dirigiendo a los seres humanos.

Por sentido común: si la escuela no tiene en cuenta el sufrimiento, la adversidad o el dolor, descarta partes importantes de vida.

Por educación: la educación es formación. Introducir a la muerte en los estudios es proveerlos de una perspectiva más cierta e intensa de la vida. Es dotarlos de recursos vitales para cuando pierden el dinero, se deshace la familia, desfallece la salud o se pierde un ser estimado.

Por solidaridad: ser consciente de la finitud de la existencia nos hace ser solidarios con el dolor de las otras personas y no dejar para "más adelante" el ofrecimiento de nuestro tiempo y nuestra comprensión.

Por inclusión: el alumnado que ha perdido algún ser estimado puede tener miedo de ser diferente. La escuela y el instituto tienen la responsabilidad de trabajar la diversidad como una riqueza.

Por romper la tradición: la nueva manera de mirar a la muerte se originó en los Estados Unidos y se ha ido extendiendo por Europa a lo largo del siglo XX y XXI, como resultado último de un sentimiento de miedo iniciado entre el fin del siglo XVIII y principios del XIX. Si se trabajara en la escuela, posiblemente se hablaría en la familia, sería una forma de romper prejuicios en este tema y se podría llegar a superar un tabú; de la misma manera que en su momento se superó el de la sexualidad.

Podemos concluir que vivir con conciencia de mortalidad y educar a nuestro alumnado:

- Nos prepara para la muerte
- Amplía el concepto de amor. Nos humaniza
- Plantea cuestiones esenciales sobre el sentido de la vida
- Da sentido al compromiso y responsabilidad social
- Reconoce un determinado valor a lo material
- Impulsa a expresar nuestros sentimientos y a tenerlos "al día"
- Nos hace valorar lo que tenemos y a cuidarlo

**PROCEDIMENT, ORIENTACIONS I MATERIALS****ANEXOS DIRIGIDOS AL PERSONAL DOCENTE Y A LAS FAMILIAS****ANEXO 1: CÓMO COMUNICAR LAS MALAS NOTICIAS**

Es fundamental:

- Recoger toda la información disponible y fiable sobre la mala noticia.
- Valorar qué persona es la más conveniente para hacer la comunicación.
- Conseguir un espacio físico adecuado, tranquilo y privado.
- Pensar, según la edad y madurez, cómo le vamos a comunicar la noticia. No hace falta decirlo todo de una vez. Se puede preceder de “Debo darte una mala noticia” o expresiones semejantes; también se puede utilizar lo que se conoce como *la verdad acumulativa* o *a dosis*, es decir, ir dándole pistas, hasta que la persona averigua lo que ha pasado.
- Respetar los silencios y los tiempos de asimilación, que acompañan el proceso.
- Permitir la expresión de sentimientos.
- Facilitar preguntas y dudas, y adaptarnos a sus estados de ánimo y lenguaje.
- Dedicar el tiempo necesario.
- Se le asegura a la persona que se respetará en todo momento sus decisiones sobre qué hacer, cómo, con quién, etc.
- Comunicar el resultado de la entrevista a las personas responsables de la tutoría y de la orientación educativa.

Hay que adaptar la comunicación al tipo de noticia, a las características y a la edad de la persona o personas. Durante el proceso de comunicación de la mala noticia, observaremos:

- El estado emocional
- La asimilación de la noticia
- Las necesidades y preocupaciones de la persona.

Se debe evitar comunicar las malas noticias con prisas o con tiempo limitado.



Hay que observar el lenguaje no verbal para considerar la comunicación que se transmite por esta vía (tono de voz, gesticulación, contacto y distancia física, etc.). Puede ser útil preparar la comunicación atendiendo al “qué diré” y “cómo lo diré”.

Es mejor mantener un silencio empático que tratar de hablar en exceso. Evitar consejos o frases “pseudotranquilizadoras” o “pseudoempáticas”.

Conviene valorar siempre la realización de un seguimiento posterior del comportamiento cotidiano.

ANEXO 2: CÓMO COMUNICAR UN SUICIDIO A UN NIÑO, NIÑA O ADOLESCENTE ¹

Algunas datos sobre el suicidio al Estado español:

- El año 2013 (último año del que se dispone de datos) se suicidaron en España 3.870 personas, 2.911 hombres y 950 mujeres. Hay 10,6 suicidios al día, aproximadamente una persona cada 2 horas.
- El suicidio es la segunda causa de muerte (no natural) entre jóvenes entre 15 y 25 años.
- El suicidio es la sexta causa de muerte (no natural) entre niños con edades comprendidas entre 5 y 14 años.
- Se registran cerca de 3.500 suicidios al año. En el 90% de los casos se estima que la persona presentaba algún trastorno mental.
- Las personas afectadas por una depresión mayor, presentan una probabilidad de riesgo suicida 20 veces superior con respecto a la población general. Las personas afectadas por un trastorno bipolar presentan una probabilidad de riesgo suicida 15 veces superior en comparación con la población general.
- Las personas afectadas por esquizofrenia presentan una probabilidad de riesgo suicida 9 veces superior en relación a la población general.
- Las personas diagnosticadas de un trastorno de personalidad límite presentan una probabilidad de riesgo suicida entre 4 y 8 veces superior al de la población general.
- Las personas afectadas por consumo de sustancias psicoactivas, alcohol y otras drogas, presentan mayor riesgo suicida que la población general.

Hablar con un niño, niña o adolescente sobre el suicidio de una persona especial de su entorno puede parecer una tarea imposible, sobre todo cuando quizá el docente, a su vez, esté muy afectado por la noticia. Nos queremos aferrar en muchas ocasiones a la idea y a la esperanza que la muerte fue accidental. Quizá nos preguntamos si debemos usar la palabra suicidio o si hay una manera «adecuada» de decirlo al alumnado.

Como en cualquier tipo de muerte, los niños y las niñas o los adolescentes que sufren el suicidio de un ser estimado, lo afrontan mejor cuando reciben información sincera sobre lo que ha pasado (en dosis adecuadas a su edad). Es mejor si esta información se la proporciona uno de sus padres u otra persona en la que confía, en un lenguaje que pueda entender y en un ambiente familiar y reconfortante.

Como es difícil encontrar las palabras para comunicar la descorazonadora noticia del suicidio de un ser estimado, a veces tendemos a «protegerlos» de esta traumática información, ofrecerles «mentiras piadosas» o verdades a medias. No obstante, si no reciben una explicación sincera, los niños tienden a inventar sus propias historias. Estas

¹Esta información se ha obtenido de la experiencia de la *Guía de apoyo para niños y adolescentes* de la Mental Health Association from Australia i AFSP, AMERICAN FOUNDATION FOR SUICIDE PREVENTION



historias que se explican a sí mismos pueden provocar aún más confusión, miedo y aislamiento. Otro motivo por el que la sinceridad es fundamental es que, a menudo, un suicidio hace que el niño se sienta traicionado y vulnerable. A pesar de que nos parezca que protegerlos de la verdad es un acto de bondad, el engaño puede afectar el vínculo de confianza.

Una parte importante del doloroso proceso es saber cómo murió la persona. No disponer de esta información puede interferir el proceso de duelo del alumno, que se ve obligado a hacer ajustes inadecuados. El alumnado ha escuchado hablar del suicidio en la televisión, libros y a través de amigos o amigas. Esta información suele ser confusa para ellos e inapropiada. Conviene disipar algunas ideas erróneas sobre el suicidio. La familia suele preocuparse por sí preguntan muchos detalles sobre la muerte. Ellos o ellas suelen hacer las preguntas que necesitan y están satisfechos cuando las respuestas son simples y discretas, y les dan una sencilla información con respeto y afecto. Con el tiempo hacen otras preguntas sobre detalles y una vez más, les ayudan las respuestas adecuadas a su edad.

El alumnado extrae información de otros lugares. La verdad es uno de los valores más importantes de las relaciones humanas y guardarse información relevante como la del suicidio puede afectar los vínculos afectivos básicos. Además de una explicación sincera, necesitan tener la tranquilidad de que el suicidio no fue culpa suya y que no podrían haber hecho nada por impedirlo. Igual que los adultos, luchan con la preocupación de que sus pensamientos o comportamientos hayan contribuido a la muerte. Si el alumnado se siente responsable de la muerte de alguna manera, hay que escucharlo mientras trata de explicar cómo sus acciones o pensamientos contribuyeron al suicidio. Debemos prestar atención sin interrumpir y, a continuación, analizar sus razonamientos de una manera delicada. Es posible que sea necesario tener esta conversación varias veces. Hacerlos saber que, a veces, las personas pueden tener una enfermedad mental que cambia la química de su cerebro. Estas enfermedades pueden nublar el juicio de una persona y provocar que se sienten inútiles e incapaces de mejorar sus vidas, podemos enseñarlos que las enfermedades cerebrales, de la misma manera que otras enfermedades graves como una enfermedad cardíaca o el cáncer, pueden provocar la muerte de algunas personas. En muchas ocasiones la gente que sufre estas enfermedades tan graves puede recibir tratamiento y medicación que los ayude, pero a veces los remedios no funcionan como también pasa con otras enfermedades. Es fundamental explicarles que hay maneras de hacer frente a las épocas difíciles de la vida. Debemos ser capaces de transmitirles que hablar con otras personas es una manera de gestionar situaciones dolorosas. Compartir nuestras preocupaciones e inquietudes nos ayuda a sentirnos mejor y quizá nos permita encontrar una solución. A menudo, descubrimos que el tiempo cambia nuestra perspectiva o nuestra situación. Debemos asegurarnos que pueden hacer todas las preguntas que quieran. Hablar del suicidio es difícil pero no imposible. Como cada niño o niña o adolescente es único, la respuesta a cada uno (emocional, cognitiva, física, conductual y espiritual) será diferente. Nuestra tarea consiste en reconocer el espíritu y la personalidad de cada uno para darles todas las oportunidades que sean necesarias para que manifiesten sus preocupaciones o sentimientos. Si estamos dispuestos a tener paciencia, escuchar con atención y observar sus acciones, el alumnado nos mostrará las pistas para darles apoyo de la mejor manera. Aunque hablar con niños sobre el suicidio es una tarea dura, podemos ofrecerles el apoyo y el amor que necesitarán mientras aprenden a aceptar su pérdida.

En la web de esta asociación encontramos unas guías para la prevención y actuación en caso de suicidio o de intento de suicidio: Redaipis. Asociación de Investigación, Prevención e Intervención del Suicidio: <https://www.redaipis.org/>

ANEXO 3: VOLVER A LA ESCUELA O INSTITUTO DESPUÉS O DURANTE UNA ENFERMEDAD GRAVE

Cuando un niño o niña es diagnosticado de cáncer o de otra enfermedad crónica o grave, lo habitual es que abandone su vida cotidiana y empiece una serie de ingresos hospitalarios para realizar un número de pruebas e iniciar el tratamiento. Al principio, los temas escolares y la vuelta a la escuela se relegan a un segundo término. Tanto la familia como el equipo médico nada más centran su atención en la curación. En algunas enfermedades los tratamientos se pueden prolongar durante meses e incluso años, devolver pronto a la actividad propia del centro educativo es importante para mantener al alumnado en contacto con su vida habitual, y de esta manera, transmitir un mensaje de perspectiva de futuro y facilitar el desarrollo con normalidad sus habilidades sociales y cognitivas.

¿QUÉ PUEDE HACER LA ESCUELA O INSTITUTO?

Si tenemos en cuenta los principios básicos de la guía, lo primero es la coordinación y la comunicación con la familia y entre el equipo docente, que en estos casos es de vital importancia.

La comunicación con la familia para saber el tipo de enfermedad, las necesidades físicas, tipo de medicamentos, la información del alumnado con respecto a su enfermedad y su actitud ante ésta, así como la de la familia, es de gran importancia. Más tarde, hay que informar al resto del profesorado, si aún no se ha hecho, contando con la aprobación de la familia y valorando si es preciso y de qué manera preparar al resto del alumnado en los momentos de actividades comunes como los momentos de esparcimiento, los deportes, las salidas, etc.

En esta primera entrevista con la familia se transmitirá el sentimiento de preocupación y comprensión por ellos y por su hijo o hija, se procurará no manifestar un sentimiento fatalista de condolencia y se les asegurará que se mantendrá una actitud de absoluta confidencialidad, discreción y con respecto a la información que el centro escolar reciba, y se asegurará, además, la atención específica que su hijo o hija necesitará, tanto a nivel académico, como personal y relacional.

Es importante mantener un nivel positivo de expectativas sobre el alumno, ya que este responde en gran medida a las expectativas por lo que respecta a sus actitudes y conductas. Intentaremos conseguir, en la medida de lo posible, el mayor bienestar del alumno durante el tiempo que dure la enfermedad.

Por lo que respecta a lo que comunicaremos a sus compañeros, seguiremos aplicando los principios básicos, como respetar las decisiones de la familia por lo que respecta en la clase y la cantidad de información que quieren que se sepa. Nuestro objetivo es normalizar la situación respondiendo de manera adecuada a sus preguntas según la edad y compartir sus preocupaciones.

Podemos aportar sencillas pautas de comportamiento hacia la persona enferma:

- Ayudar, pero no compadecerse.
- Interesarse por su enfermedad, pero no interrogar.
- Ser amables, pero no complacientes o consentidores.
- Dar el tratamiento que nos gustaría recibir en la misma situación.



Durante los momentos de ausencia del aula por hospitalización conviene no perder el contacto con el alumnado. A través de cartas, dibujos, visitas en el hospital o en casa, la persona enferma debe saber que su mundo continúa, que sigue siendo un niño, niña o adolescente con sus inquietudes y dudas.

Le ayudaremos a superar las situaciones cotidianas que puedan ser conflictivas y buscaremos la normalización en la medida en que sea posible, intentando:

- No destacarlo excesivamente.
- Exigirle lo mismo que al resto siempre que sea posible. Es positivo que haga todo lo que pueda por sí mismo, ya que le ayudará a tener confianza y a sentirse mejor.
- Integrarlo en los grupos formados.
- Ofrecerle seguridad y apoyo en los momentos difíciles en la relación con los demás o cuando el alumno se sienta mal.

Académicamente habrá una coordinación entre los docentes para intentar -siempre que se pueda-, conseguir los objetivos de la programación de nivel, adecuar la metodología, flexibilizar horarios, adaptando los contenidos y priorizando actividades.

Debemos tener en cuenta que durante el tratamiento, o al finalizar éste, y dependiendo del tipo de enfermedad, la persona podría presentar:

- Problemas de concentración o desatención
- Trastornos específicos del aprendizaje
- Problemas en el habla
- Problemas de conducta o relacionales
- Problemas físicos que pueden afectar a la tolerancia al ejercicio
- Cambios en el gusto (necesidad de cambiar hábitos alimentarios)
- Baja estatura (por problemas endocrinos)
- Los problemas emocionales: aislamiento, sentirse diferente, no sentirse acogido, tristeza, etc.

Conviene promover el seguimiento de la evolución escolar durante un período largo, los efectos secundarios a la oncoterapia, por ejemplo, pueden aparecer después de mucho tiempo de haber finalizado el tratamiento. Se mantendrá siempre el contacto con la familia y se valorará qué tipo de actuación es la más conveniente en cada caso.

Para continuar la escolarización de la mejor forma posible, se ha desarrollado en los últimos años, el servicio de atención educativa domiciliaria, ofreciendo la posibilidad de que un docente acuda a casa de la persona afectada durante los períodos en que no pueda acudir al colegio o instituto.

Desde la Dirección General de Inclusión Educativa: <http://www.ceice.gva.es/es/web/inclusioeducativa/atencio-domiciliaria-/hospitalaria>

Otros recursos a consultar por las familias y docentes:

Programa de Apoyo Educativo Domiciliario " Ilumina una sonrisa" PAED

<http://www.menoresconcancer.org/index.php?id=86>

La educación de los niños con cáncer. Guía para padres y profesores

<http://www.aspanoa.org/files/File/aspanoa%20guia%20padres-prof2.pdf>

Braconnier A.; "Guía del adolescente". Síntesis. Madrid 2001.



DOLTO, F.; *“¿Tiene el niño derecho a saberlo todo?”*. Paidós. Barcelona 1994.

“Educar a un niño con cáncer, guía para padres y profesores”. Federación Española de Padres de Niños con Cáncer. Barcelona 2003.

GONZALEZ-SIMANCAS, L., POLAINO-LORENTE, A.; *“Pedagogía hospitalaria. Actividades educativas en ambientes clínicos”*. Narcea. Madrid 1990.

GRADO RUBIO, C.; *“La integración escolar del niño con neoplasias”*. CEAC. Barcelona 1993.

GRADO RUBIO C. Y CAÑETE NIETO A.; *“Las necesidades educativas especiales de los niños con tumores intracraneales”*. ASPANION. Valencia 2000.

LIZASOÁIN, O.; *“Educando al niño enfermo”*. Pamplona. 2000.

PALOMO, M.; *“El niño hospitalizado. Características, evaluación y tratamiento”*. Pirámide. Madrid 1995.

“Volver a la escuela, guía para maestros de niños con enfermedades oncológicas”. Consejería de Sanidad y Servicios Sociales. Oficina Regional de Coordinación Oncológica y ASION. Madrid 1999.

ANEXO 4: CÓMO DAR APOYO AL DUELO DEL ALUMNADO CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Los principios de la educación inclusiva nos orientan para que la escuela se pueda adaptar a todo el alumnado, independientemente de sus características o necesidades de apoyo derivadas de una posible diversidad funcional.

Uno de estos colectivos es el de las personas con discapacidad intelectual, caracterizada por una dificultad genérica en los nuevos aprendizajes y en la conducta adaptativa. En la discapacidad intelectual pueden concurrir diferentes causas -alteraciones cromosómicas como el síndrome de Down, causas genéticas como el síndrome X Frágil, causas perinatales, falta de estimulación en los primeros meses de vida, etc., así como varias necesidades de apoyo en función del desarrollo del alumnado.

Históricamente, su voz en la sociedad ha sido obviada, rechazada o vulnerada. Especialmente, en cuestiones complejas, pero al mismo tiempo básicas para el ser humano, como la sexualidad o la muerte. Los errores que en situaciones de duelo se suelen cometer con los niños y las niñas y adolescentes -mentir, utilizar términos confusos, juzgar, etc., como consecuencia, en la mayoría de ellos, de la ignorancia, no de la actitud, se suelen mantener con las personas con discapacidad intelectual, a lo largo de toda su vida, incluso en su etapa adulta.

No obstante, la evidencia, a través de buenas prácticas o investigaciones realizadas, nos demuestra que el alumnado con discapacidad intelectual y con competencia comunicativa puede abordar abiertamente temas relacionados con el duelo, la pérdida e incluso con su propia muerte. Hay que reseñar la gran diversidad por lo que respecta a los grados de discapacidad y por tanto las necesidades de apoyo que el alumnado con discapacidad intelectual puede necesitar, y que influirán en la manera que tratamos el duelo con este alumnado. En cualquier caso, y aunque no todo el alumnado comprende la muerte como concepto, sí que experimenta sentimientos de pérdida y, por tanto, será necesaria una preparación del profesorado, de los orientadores y familias para acompañarlos en estas situaciones.

Todas las pautas que en esta guía se han ofrecido para tratar la pérdida, son aplicables en general al alumnado con discapacidad intelectual. En cualquier caso, sí que hay que atender a una serie de circunstancias que es importante considerar:

- El desarrollo cognitivo será más lento que en el alumnado sin discapacidad, por tanto, la comprensión del concepto de muerte quizá se dé más tarde de los 6-7 años, o que no se llegue a comprender, en función de las características de cada alumno o alumna.
- Tiene mucha importancia, por lo que respecta al apoyo al duelo al alumnado con discapacidad intelectual, formarlos en habilidades emocionales que los ayuden a identificar sus sentimientos y a valorar las diferentes formas y entornos para compartirlos. Que algunos alumnos tengan dificultad para comprender la muerte a nivel cognitivo, no quiere decir que no la sientan.
- En numerosas ocasiones, nos encontramos que en una familia con varios hermanos o hermanas, aquel hermano o hermana que tiene una discapacidad intelectual acaba asumiendo el papel de hermano pequeño o hermana pequeña, aunque no lo sea, por interferencia de los padres o de los mismos hermanos. En situaciones de duelo, hay que considerar este factor, ya que puede afectar el autoestima del alumno con discapacidad intelectual.

- En coherencia con lo que hemos dicho antes, hay que tratar al alumno en lo que respecta al tipo de lenguaje que se utiliza, el tono de voz, etc., según su edad biológica y no con respecto a su funcionamiento cognitivo. En muchas ocasiones, por ejemplo, hablamos de "niños o niñas" cuando ya son adolescentes, o incluso adultos, y los tratamos como tales. Esta pauta se debe complementar con unas explicaciones concisas y adaptadas a la capacidad de comprensión del alumnado.
- Acompañar y respetar la manera en la que la persona se puede comunicar. En general, la pérdida de un ser estimado tiene más impacto cuando el alumno o la alumna ha tenido un contacto frecuente con la persona que ha muerto, especialmente en alumnado con altas necesidades de apoyo. Este respeto por los sentimientos del alumnado y por su manera de comunicar su dolor puede favorecer el hecho de "no crear un problema donde no lo hay".
- Es importante explicar las situaciones de manera que sea lo más comprensible posible para nuestro alumnado. En este sentido, quizá resulte útil dar apoyo con técnicas de fácil lectura, el uso de imágenes, vídeos e historias sociales.
- En algunas ocasiones, la muerte de una persona próxima comporta que se den otras "muertes secundarias". Nos referimos a un posible cambio de vivienda, de entorno, personas con las que se convive, etc. Teniendo en cuenta la dificultad que el alumnado con discapacidad intelectual puede tener en la adaptación a nuevas situaciones, es importante dar apoyo y acompañar en estos procesos de cambio y aprendizaje de nuevas rutinas.
- A través de la investigación, se ha demostrado que el alumnado con discapacidad intelectual tiene más riesgo de desarrollar problemas de salud mental, o trastornos de conducta asociados, a causa de las características del fenotipo o a otras circunstancias contextuales o funcionales. Esta problemática puede influir también en los procesos de duelo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS DE INTERÉS

- FEAPS MADRID (2006). *Buenas prácticas en situaciones de duelo en personas con retraso mental*.
- FUNDADO (2014). *Guía práctica de duelo para personas con discapacidad intelectual*.
- RODRÍGUEZ, P., HERRÁN, A. DE LA Y CORTINA, M. (2014). *Educar y vivir teniendo en cuenta la muerte*. Madrid: Pirámide (Incluye un capítulo con actividades inclusivas y relatos de fácil lectura)
- RODRÍGUEZ, P., HERRÁN, A. DE LA E IZUZQUIZA, D. (2013). *Orientaciones pedagógicas para el acompañamiento educativo del miedo al duelo a personas adultas con discapacidad intelectual*. *Teoría de la Educación*, 25 (1), pp. 173-189.
- RODRÍGUEZ, P., HERRÁN, A. DE LA E IZUZQUIZA, D. (2013). "Y si me muero... ¿dónde está mi futuro?" *Hacia una educación para la muerte en personas con discapacidad intelectual*. *Educación XXI*, 16 (1), pp. 329-350.

ANEXOS DIRIGIDOS PRINCIPALMENTE A LOS DOCENTES

ANEXO 5: FUENTES DE PROPUESTAS DIDÁCTICAS Y METODOLÓGICAS PREVIAS O PREVENTIVAS

AGUSTINO, A, GRIETA, M (2012) *El niño ante la muerte. Cómo acompañar a chicos y adolescentes que han perdido a un ser querido*. Barcelona, Milenio.

ARNÁIZ, V. (2003) (Coord.) *Reflexionemos sobre el Tabú de la Muerte*. Aula de infantil (12, monográfico, marzo-abril).

ARNÁIZ, V. (2003a). *¿Podemos hablar de la muerte en la escuela y en el instituto?* Aula de Innovación Educativa, 122, 36.

ARNÁIZ, V. (2003b). *Pensar, hablar de la muerte y comprometerse con la vida*. Aula de Innovación Educativa, 122, 37-38.

ARNÁIZ, V. (2003c). *Diez propuestas para una Pedagogía de la muerte*. Aula de Innovación Educativa, 122, 59-61.

AROCA CANOVAS, H., Y BAÑO HERNÁNDEZ, L. (2005). *Tutoría: Vuelta al cole*. Manuscrito. Unidad de Oncología Infantil del Hospital Universitario “Virgen de la Arrixaca” (Murciano).

BELTRÁN, J. (1995). *Disponemos de la vida*. Barcelona: Eumo Editorial.

BORRAJO, G. (2009). *Escuelas que alivian el dolor*. Cuadernos de Pedagogía, 388, 57-60.

CORTINA SELVA, M. (2003) *Cine y Educación para la muerte*. MAKING OF. Cuadernos de Cine y Educación. Junio. Barcelona: Comunicación y Pedagogía

CORTINA SELVA, M. Y DE LA HERRÁN GASCÓN, A. (2005). *Cine y Educación para la muerte II*. MAKING OF. Cuadernos de Cine y Educación. Junio. Barcelona: Comunicación y Pedagogía

CORTINA SELVA, M. Y DE LA HERRÁN GASCÓN, A. (2007) *Fundamentos para una Pedagogía de la Muerte*. Revista Iberoamericana de Educación nº 41/2 EDITA: Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI)

CORTINA SELVA, M. (2008). *Guía Didáctica de la película “Laso alas de la vida”*. MAKING OF. Cuadernos de Cine y Educación. Junio. Barcelona: Comunicación y Pedagogía

CORTINA SELVA, M. Y DE LA HERRÁN GASCÓN, A. (2008). *Cine y Educación para la muerte III*. MAKING OF. Cuadernos de Cine y Educación. Junio. Barcelona: Comunicación y Pedagogía

- CORTINA, M., HERRÁN, A. DE LA Y NOLLA, A. (2009). *Propuestas para anticiparse al duelo*. Cuadernos de Pedagogía, 388, 68-75.
- CORTINA, M. (2010). *El cine como recurso didáctico de educación para la muerte: implicaciones formativas para el profesorado*. Tesis doctoral, Universidad Autónoma de Madrid.
- CORTINA SELVA, M. Y DE LA HERRÁN GASCÓN, A. (2011) *Pedagogía de la muerte a través del cine*. Madrid: Universitas
- CORTINA SELVA, M. ; DE LA HERRÁN GASCÓN, A. Y RODRÍGUEZ, P. (2015) *Educación y vivir teniendo en cuenta la muerte* . Madrid. Ediciones Pirámide.
- CORTINA SELVA, M. : www.didacticadelamuerte.blogspot.com
- DÍEZ NAVARRO, C. (1995). *¿Miedo que se ha Muerto mi Abuelo?* Cuadernos de Pedagogía (241).
- RESQUEBRAJÓ, M. (2010) *El niño y la muerte*. Barcelona: Pagès Editores
- FEIJOO, P. Y PARDO, A. (2003). *Muerte y educación*. Tarbiya: Revista de Investigación e Innovación Educativa, 33, 51-76.
- HOJOSO, O. (1993). *Educación, muerte, sentido*. Enrahonar, 20, 125-130.
- GARRIGA, B.(2009) .“*Rock and Duelo. Una experiencia escolar sobre la muerte*”. Mallorca. Editorial Muelle
- HERRÁN, A. DE LA, GONZÁLEZ, I., NAVARRO, J., FREIRE, V. Y BRAVO, S. (2000). *¿Todos los caracoles mueren siempre?* Cómo tratar la muerte en Educación Infantil. Madrid: De la Torre.
- HERRÁN, A. DE LA, GONZÁLEZ, I., NAVARRO, J., FREIRE, V. Y BRAVO, S. (2001). *¿Cómo Educar para la Muerte?* Un Andamiaje. Cuadernos de Pedagogía (310), 22-25.
- HERRÁN, A. DE LA, GONZÁLEZ, I., NAVARRO, J., FREIRE, V. Y BRAVO, S. (2001). *La Muerte: ¿Tabú o Imperativo Educativo?* Aula de Innovación Educativa (106), 62-64.
- HERRÁN, A. DE LA, GONZÁLEZ, I., NAVARRO, J., FREIRE, V. Y BRAVO, S. (2003). *L'Educación para La Muerte a L'Etapa Infantil. Selección de Propuestas*. Yeso D'Infantil (12), 14-18.
- HERRÁN, A. DE LA, GONZÁLEZ, I., NAVARRO, J., FREIRE, V. Y BRAVO, S.(2003)
<http://www.grao.com/revistas/aula-infantil/012-reflexionemos-sobre-el-tabu-de-la-muerte/recursos-para-la-practica-la-educacion-para-la-muerte-seleccion-de-propuestas>
- HERRÁN, A. DE LA, Y CORTINA, M. (2005). *El Valor Formativo de la Muerte*. El País, lunes, 27 de junio, p. 2.
- HERRÁN, A. DE LA, Y CORTINA, M. (2006). *La muerte y su didáctica*. Manual para Educación Infantil, Primaria y Secundaria. Madrid: Universitas.
- HERRÁN, A. DE LA Y CORTINA, M. (2007). *Introducción a una Pedagogía de la muerte*. Indivisa. Boletín de estudios e investigación, 8, 127-144.



HERRÁN, A. DE LA Y CORTINA, M. (2008). La Educación para la Muerte como Ámbito Formativo: Más allá del Duelo. *Psicooncología*, 5 (2-3), 409-424.

HERRÁN, A. DE LA Y CORTINA, M. (2009). *La muerte y su enseñanza*. *Diálogo Filosófico*, 75, 499-516.

KÜBLER-ROSS, E. (1996). *Los niños y la muerte*. Barcelona: Luciérnaga (e.o.: 1989).

NOLLA, A. (1999) “*Pedagogía de la vida y de la muerte: herramientas de acción tutorial y propuestas didácticas para la educación primaria*”:

<http://www.xtec.cat/sgfp/licencias/199900/memories/anolla.pdf>

POCH, C. (1996). *De la vida y de la muerte. Reflexiones y propuestas para educadoras y padres*. Barcelona: Claret.

POCH, C. (2009). *¿Miedo que se necesaria una Pedagogía de la muerte?* *Cuadernos de Pedagogía*, 388, 52-53.

POCH, C. (2009). *La muerte nunca falla: un doloroso descubrimiento*. Barcelona: Editorial UOC.

POCH, C. Y HERRERO, O. (2003). *La muerte y el duelo en el contexto educativo*. Barcelona: Paidós.

POCH, C. (2005). *Catorce cartas a la muerte (sin respuesta)*. Barcelona: Paidós.

POCH, C. (2013) *Pérdidas y duelos*. Barcelona: Ocatadro

RAMOS, R. (coord.) (2009) *Laso estrellas fugaces no conceden deseos*. Programa de prevención, evaluación e intervención miedo duelo en el contexto escolar. Madrid, TEA Ediciones

SAHLER, O. (1983). *El niño y la muerte*. Madrid: Alhambra.

ANEXO 6: RECURSOS FÍLMICOS Y LITERARIOS POR EDADES

Aquí tenéis una recopilación básica para poder trabajar con el alumnado la muerte de una manera preventiva a través de los cuentos y las películas; sería inapropiado, por las características de este documento, hacer una relación exhaustiva tanto de unos como de otros.

PROPUESTA DE RECURSOS FÍLMICOS

3, 4 y 5 años

1. **BALTO.** (1995). EE UU Universal Pictures.
2. **LA EDAD DE HIELO.** (2002). EE UU. Decir: Chris Wedge
3. **HISTORIA DE UNA GAVIOTA (Y DEL GATO QUE LE ENSEÑÓ A VOLAR)** (1998). ITALIANO. Decir: Enzo de Aló

6, 7 años

1. **EL REY LEÓN.** (1994). EEUU. Estudios Disney.
2. **HERCULES.** (1997). EEUU. Decir: Ron Clementes y John Musker.
3. **TIC TACO.** (1997). ESPAÑA. Decir: Rosa Vírgenes

8, 9 años

1. **PONETTE** (1996), Francia. Decir: Jacques Doillon.
2. **LA NOVIA CADÁVER** (2005). EEUU. Decir: Tim Burton. EEUU, 2005.

10, 11 años

1. **MÍ CHICA.** (1991). EEUU. Decir: Howard Zieff.
2. **CUARTA PLANTA.** (2003). España. Decir: Antonio Mercero.
3. **LOS MUNDOS DE CORALINE** (2009) EEUU. Decir: Henrio Selick
4. **UN MONSTRUO VIENE A VERME** (2016) ESPAÑA. Decir: À. Bayona

12, 13 años

1. **EL FUNERAL DEL JEFE.** (2001) CHINA. Decir: Feng Xiaogang.
2. **CUENTA CONMIGO.** (1986). EEUU. Decir: Rob Reiner.
3. **MÍ VIDA COMO UN PERRO.** (1985). SUECIA. Decir: Lasse Hallström
4. **UN PUENTE HACIA TERABITHIA** (2007). EEUU: Decir: Gabor Csupo
5. **EL HOMBRE MÁS ENFADADO DE BROOKLIN.** (2014). EEUU. Decir: Phil Alden Robinson

14, 15, 16 años

1. **QUÉDATE A MÍ LADO.** (1998). EE UU. Decir: Chris Columbus
2. **UN FUNERAL DE MUERTE.** (2007). INGLATERRA. Decir: Frank Oz
3. **BAJO LA MISMA ESTRELLA (The Fault in Our Stars)** (2014). EEUU. Decir: Josh Bone
4. **MÍ VIDA SIN MÍ** (2003). ESPAÑA. Decir: Isabel Coixet
5. **LAS INVASIONES BÁRBARAS.** (2003) CANADÁ. Decir: Denys Arcand
6. **WIT** (2001). EEUU. Decir: Mike Nichols

17, 18 años

1. **LAS ALAS DE LA VIDA** (2006) España. Decir: Antoni Sacanete.
2. **MAR ADENTRO** (2004). España. Decir: A. Amenabar

3. AHORA O NUNCA (2007). EE UU. Decir: Rob Reiner
4. POSDATA: TE QUIERO. (2007) EE UU. Decir: Richard Lagrav
5. TRUMAN (2015) ESPAÑA. Decir: Cesc Gay

PROPUESTA DE RECURSOS LITERARIOS**3, 4 y 5 años**

1. YO SIEMPRE TE QUERRÉ (1985) Wilhelm, H. Barcelona: Juventud
2. EL OTOÑO DE FREDDY, LA HOJA. (1986) Leo Buscaglia. Barcelona: Urano-Emecé
3. TE ENCUENTRO A FALTAR. (2000) Paul Verrept. Barcelona: Juventud.

6, 7 años

1. SAPO Y LA CANCIÓN DEL MIRLO. Max Velthuijs. Ediciones Ekaré
2. MARITA NO SABE DIBUJAR. (1998) M. Zepeda. México: Hondo de Cultura Económica
3. COMO TODO LO QUE NACE. (2000) E. Rebuzzé y T. Scham. Madrid: Ediciones Kókinos.
4. ENANA VIEJA. Margaret Wild y Ron Brooks. Ediciones Ekaré
5. ¿DÓNDE ESTÁ EL ABUELO?. Mar Cortina. Tándem. Valencia, 2001
6. RENDAJOS DE NARANJA. (2008) F. Legendre y N. Fortier. Valencia: Tándem
7. RAMONA, LA MONA (2006). Aitana Carrasco. México: Hondo de Cultura Económica.
8. LA MUERTE PIES LIGEROS. (2006) Natalia Toledo. México: FCE.
9. ¿DÓNDE ESTÁ GUELITA QUIETA? (2011) Nahir Gutierrez. Madrid: Planeta
10. EL NIÑO DE LAS ESTRELLAS (2005) Katrien van der Grient. Barcelona: ING Ediciones

8, 9 años

1. MEJILLAS ROJAS . (2006) Janisch, H. Salamanca: Lóquez
2. AMY Y LA ANCIANA. (1971) Miska Miles. México: Hondo de Cultura Económica.
3. GALLEGO. (2006) Juan Farias y Xesús Cobas. México: Hondo de Cultura Económica.
4. EL PATO Y LA MUERTE. (2007) W. Ehrlbruch. Jerez: Bárbara Fiore
5. ASÍ ES LA VIDA (2005) Ana Luisa Ramírez. Madrid: Diálogo

10, 11 años

1. JACK Y LA MUERTE (1997) (Semillas al viento. Cuentos del Mundo, Bowley, T. Editorial Raíces)
2. EL CUADERNO DE PANCHÁ. (2001) M. Zepeda. Ediciones SM. México,
3. ¡FUERA TRISTEZA! (2005) Toon Tellegen. Barcelona: Encrucijada. El barco de vapor
4. LA TELARAÑA. (1997) Nette Hilton. México: Hondo de Cultura Económica.

12, 13 años

1. UN VERANO PARA MORIR. (2002) Lois Lowry . León: Everest
2. MENSAJE CIFRADO. (2007) Marta Zafrilla. Premio Grande Angular. Madrid. SM.
3. EL MANDARÍN Y YO (1992). Rosa M. Paloma. Barcelona: La Galera
4. EN UN BOSQUE DE HOJA CADUCA. (2006) Gonzalo Mover. III Premio Anaya de Literatura infantil y Juvenil. Madrid: Anaya

14, 15, 16 años

1. EL DOBLE SECRETO DE LA ABUELA. (1991). J. Cela. Barcelona: Ampurias.
2. COMO UN JUGUETE ROTO (1993). Jaume Cela. Editorial Columna. Barcelona, 1993
3. LAS INTERMITENCIAS DE LA MUERTE (2006). José Saramago. Madrid: Santillana



17, 18 años

1. TE LO CONTARÉ EN UN VIAJE. (2002). Carlos Garrido. Barcelona: Crítica.
2. LA MUERTE DE IVÁN ILLITCH. (1967) León Tolstoy. Barcelona: Juventud
3. PEDRO PÁRAMO. (1995) Juan Rulfo. Ediciones Cátedra. Madrid

ANEXOS DIRIGIDOS PRINCIPALMENTE A LAS FAMILIAS

ANEXO 7: FUENTES Y RECURSOS PARA TRATAR LA MUERTE DE MANERA POSTERIOR O PALIATIVA

AECC: <https://www.aecc.es/sites/default/files/content-file/Adultos-GuiaDuelo.pdf>

AGUILAR, J. Y MONTAÑO, N. *La muerte y los niños. Una guía para los padres.* https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2014/06/la_muerte_y_los_ninos.pdf

ANDREOLI, V. (2005). *Carta a un Adolescente.* Barcelona: RBA.

BAUM, H. (2003). *¿Está la abuelita en el cielo? Cómo tratar la muerte y la tristeza.*

CID EGEA, L. (2011) *Explicame que ha pasado.* Guía para ayudar a los adultos a hablar de la muerte y el duelo con los niños. Fundación Mario Losantos del Campo (FMLC). Disponible en: <http://www.fundacionmlc.org/actualidad/noticias/descarga-aqui-guia-duelo/>

COBO MEDINA, C. (2004). *El Duelo en la Infancia.* Apogemas del Niño y el Morir. *Adiós* (45), 30-34.

FEIJOO, P. Y PARDO, A. (2003b). *La escuela: una amiga en el duelo.* *Aula de Innovación Educativa*, 122, 41-45.

GARCÍA, A. (2013) <http://se/news/recursos-sobre-la-muerte-y-el-proceso-de-duelo/>

GRUPO ASV (2015) *Mamá, papá, ¿qué es la muerte?* Guía. Descargable aquí: <https://cdn.grupoasvserviciosfunerarios.com/assets/documents/publicaciones-apoyo-duelo/libro-mama-papa-que-es-la-muerte-es.pdf>

HERRÁN, A. DE LA Y CORTINA, M. (2008). *La práctica del acompañamiento educativo desde la tutoría en situaciones de duelo.* *Tendencias pedagógicas*, 13, 157-173.

HUISMAN-PERRIN, E. (2003). *La muerte explicada a mi hija.* Barcelona. El Aleph, 2003.

JAMES JOHN W., FRIEDMAN, R. Y LANDON MATTHEWS, L. (2002). *Cuando los niños sufren.* Madrid: Los libros del comienzo

JOY JOHNSON (2001). *Claves para ayudar a sus hijos ante el duelo y pena.* Editorial: Longseller SANO

KROEN, C. (2002) *Cómo ayudar a los niños a afrontar la pérdida de un ser querido.* Un manual para adultos. Barcelona, Oniro.

LYONS, C; SCHAEFER, D. (2004) *Cómo contárselo a los niños.* Respuestas adecuadas cuando alguien fallece. Barcelona, Medici.

Material de ayuda para niños, niñas y adolescentes en duelo:

<http://cosquillitasenlapanza2011.blogspot.com.es/2012/02/material-de-ayuda-para-ninos-en-duelo.html>

Mundy, M. (2001) Cuando estoy triste ante la pérdida de un ser querido. Madrid:Editorial San Pablo

MUÑOZ KHIENE, M. (2000) *Desde que murió mi hermano*. Omaha, Nebraska: Centering Corporation.

NEIMEYER, R. (2012) *Aprender de la pérdida*. Madrid: Planeta

OLSHAKER, B. (1993) *¿Cómo se lo decimos a los niños?* Barcelona: Círculo de Lectoras.,

PAYÁS PUIGARNAU, A. (2014) *El mensaje de las lágrimas : una guía para superar la pérdida de un ser querido*

RYAN, V. (2002) *Cuando los abuelos nos dejan. Cómo superar el dolor*. Madrid:Editorial San Pablo

RYAN, V (2004). *Cuando se muere tu mascota : cómo ayudar a los niños a superarlo*. Madrid : San Pablo

SANTAMARIA, C. (2010) *El duelo y los niños*. Barcelona: Sal Terrae

SCHENETTI, M. (2011) *Comprender el dolor infantil. Niños y niñas que sufren emocionalmente*. Barcelona: Escalón.

SERRA, X. (2015) *Y yo, ¿también me moriré?* Barcelona: Grupo 62

SOLER, N. *La pérdida de un ser querido. Guía práctica para personas en duelo*. http://www.sfbasa.es/sites/default/files/guia_duelo_perdida_ser_querido.pdf

TURNER, M. (2004). *Cómo hablar con niños y jóvenes sobre la muerte y el duelo*. Barcelona: Paidós.

UNICEF “*El retorno de la alegría*”

<http://se/news/recursos-sobre-la-muerte-y-el-proceso-de-duelo/>

WOLFET, ALAN. *Consejos para jóvenes ante el significado de la muerte*. Barcelona : Editorial Diagonal/Grupo 62, 2001.

WOLFET, ALAN. *Consejos para niños ante el significado de la muerte*. Barcelona: Editorial Diagonal/Grupo 62, 2001.

WORDEN, J. W. (1996). *Children and grief: When a parent dies*. New York: Guilford.

WORDEN, W. (2013) *El tratamiento del duelo*. Madrid: Paidós Ibérica

ANEXO 8: IDEAS BÁSICAS A RECORDAR PARA TRATAR LA MUERTE

1. Comunicar la noticia lo más pronto posible en un lugar tranquilo y privado y con la persona adecuada.
2. Utilizar un tono de voz sosegado y prestar atención a la necesidad de contacto físico (abrazos, contactar suavemente en su espalda, sostener su mano, etc.)
3. Hablar sobre las posibles reacciones después de la pérdida: tristeza, enojo, confusión ..., pero advirtiendo que no hay una única manera de expresar el dolor. Hay que darle permiso para expresar emociones tanto negativas como positivas.
4. Inclusión en los actos y reuniones familiares y, si es su voluntad, en los rituales de despedida. Explicar lo que pasará a partir de ese momento. En qué consiste un funeral, entierro, velatorio, las visitas, la tristeza de las personas adultas, etc. Y si así lo desea, se le debe permitir ver el cadáver, acompañado por una persona próxima que le explique previamente la situación. Podemos sugerirle que prepare algún detalle especial que exprese su amor por la persona muerta: un dibujo, una carta, dejarle elegir unas flores, etc. Cualquier muestra de afecto estará bien. Hay que preguntarle qué le gustaría hacer con su aportación, si ponerla en el ataúd, llevarla a la ceremonia, etc.
5. Animar a hacer preguntas, resolver dudas, miedos y preocupaciones.
6. No mentir es esencial; si no tenemos una respuesta concreta no debemos tener miedo de reconocerlo.
7. Alejar cualquier sentimiento de culpabilidad o responsabilidad que pudiera surgir por la muerte de un familiar.
8. No debemos hablar más allá del nivel de comprensión del alumno.
9. Debemos haber hablado de la muerte antes de que el alumno se vea emocionalmente vinculado a una situación de duelo. Hay muchas situaciones que lo permiten: la visita a una iglesia de pueblo donde hay un cementerio, una flor que se marchita, el otoño, etc.
10. No debemos vincular la muerte a una contrariedad o dificultad, ni a una enfermedad leve y pasajera. Debemos explicar al alumnado qué produce la muerte.
11. Debemos emplear la palabra «muerto» y eliminar eufemismos (ya descansa, se ha ido de viaje, está durmiendo, etc. Se debe reforzar la irreversibilidad de la muerte y no dar pie a falsas expectativas de retorno.
12. Debemos dar al alumno la oportunidad de hablar de la persona muerta y respetar su dolor emocional.
13. Nunca debemos esconder nuestro propio dolor, ni cerrarnos por llorar de escondido. Es bueno mostrar que las personas adultas también son vulnerables y que podemos compartir la tristeza.
14. Hacerle saber de todas las maneras posibles que estamos a su lado.

ANEXO 9**DERECHOS DE NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES CUANDO HAN PERDIDO UN SER ESTIMADO²**

- 1. TENGO DERECHO A TENER MIS PROPIOS SENTIMIENTOS RESPECTO A LA MUERTE DE UN SER ESTIMADO.**
Puedo enfadarme o sentirme triste. Puedo tener miedo. Puedo sentirme insensible a lo que me rodea o, a veces, puedo no sentir nada en absoluto. Nadie sentirá exactamente lo mismo que yo.
- 2. TENGO DERECHO A HABLAR DE MI DOLOR SIEMPRE QUE TENGA GANAS.**
Cuando necesito hablar, encontraré a alguien que me escuche y me quiera. Cuando no quiera hablar, no pasará nada; también estará bien.
- 3. TENGO DERECHO A EXPRESAR MIS SENTIMIENTOS A MI MANERA.**
Cuando los niños y las niñas sufren, les gusta jugar para sentirse mejor durante un rato. Puedo jugar y reír. También puedo enfadarme y llevarme mal. Eso no quiere decir que sea malo o mala, sino que tengo sentimientos que me provocan miedo y que necesito que me ayuden.
- 4. TENGO DERECHO A QUE LOS OTROS ME AYUDEN A SOPORTAR EL DOLOR.**
Especialmente las personas adultas que me quieren. Básicamente necesito que presten atención a lo que siendo y a lo que digo, y necesito que me quieran pase lo que pase.
- 5. TENGO DERECHO A DISGUSTARME CON LOS PROBLEMAS NORMALES Y COTIDIANOS.**
A veces puedo estar de mal humor y puedo tener problemas en las relaciones con los otros.
- 6. TENGO DERECHO A SUFRIR "OLAS DE DOLOR".**
Las olas de dolor son sentimientos de tristeza súbitos e inesperados que, a veces, me invaden, incluso mucho tiempo después de la muerte de una persona. Estos sentimientos pueden ser muy fuertes e, incluso, pueden dar miedo. Cuando me sienta así, quizá tendré miedo de estar solo o sola.
- 7. TENGO DERECHO A AFERRARME A MIS CREENCIAS ESPIRITUALES PARA ESTAR MEJOR.**
Sean cuales sean mis creencias quizá me ayuden de alguna manera a estar más cerca de la persona que ha muerto.
- 8. TENGO DERECHO A PREGUNTARME POR QUÉ HA MUERTO LA PERSONA A QUIEN ESTIMABA.**
No obstante, si no encuentro respuesta, no pasa nada. Las preguntas sobre la vida y la muerte son las más difíciles de contestar y van evolucionando y cambiando con mi evolución y madurez.
- 9. TENGO DERECHO A RECORDAR LA PERSONA QUE HA MUERTO Y A HABLAR SOBRE ELLA.**
En algunas ocasiones los recuerdos serán alegres, y en otros, tristes. Sea como sea, los recuerdos me ayudan a mantener vivo mi amor por la persona que ha muerto.
- 10. TENGO DERECHO A SEGUIR ADELANTE Y, CON EL TIEMPO, RECUPERARME.**
Viviré una vida feliz, pero la vida y la muerte de la persona que ha muerto siempre formarán parte de mí. Siempre la echaré de menos.

² Healing your Grieving Heart for Kids, Alan D. Wolfelt, Ph.D., 2001.