



Universidad Internacional de La Rioja
Facultad de Educación

Cómo elaborar las pérdidas de la infancia: una propuesta didáctica para abordar el duelo en niños de 3-6 años.

Trabajo fin de grado presentado por:

Aïda Espelt i Salazar

Titulación:

Grado de Maestro/a en Educación Infantil

Línea de investigación:

Propuesta didáctica

Directora:

María Fernanda Moscoso Rosero

Clasificación en el Tesauro:

1. 1. 4 Teorías Educativas

Fecha de finalización:

15 – 02 - 2015

RESUMEN

El duelo por la muerte de un ser querido es un proceso por el cual todos debemos pasar, todos. Incluidos los niños. Según qué edades estemos hablando habrá que actuar de una manera u otra, haciendo caso omiso al tabú generado alrededor de este tema. Este trabajo pretende en situar qué es el duelo, cuáles son sus fases, qué tipo de duelo elaboran los niños y qué hay que hacer si nos encontramos en una situación como esta. El trabajo está destinado a sensibilizar toda la comunidad educativa en referencia a la muerte en el aula. La propuesta didáctica está pensada para que si nos encontramos en alguna situación donde haya que intervenir desde el aula, podamos tener unas cuantas ideas y recursos de qué hacer y de cómo hacerlo, ya que actualmente nos encontramos desamparados en las aulas con este tema.

Palabras clave: duelo, muerte, niños, propuesta didáctica.

ÍNDICE

RESUMEN	2
ÍNDICE	3
1. INTRODUCCIÓN	4
2. MARCO TEÓRICO	6
2.1 EL DUELO	6
2.1.1 FASES EN EL DUELO	7
2.1.1.1 FASE 1: ENTUMECIMIENTO O SHOCK	7
2.1.1.2 FASE 2: ANHELO, BÚSQUEDA	8
2.1.1.3 FASE 3: DESORGANIZACIÓN Y DESESPERANZA	8
2.1.1.4 FASE 4: REORGANIZACIÓN, ACEPTACIÓN	9
2.1.2 REACCIONES AL DUELO	9
2.1.3 DUELO FAMILIAR Y ETAPAS	12
2.1.4 EL DUELO EN LOS NIÑOS.	16
- PROTESTA	19
- DESESPERANZA	20
- RUPTURA DEL VÍNCULO	20
2.1.4.1 QUE LA MUERTE NO SEA UN TEMA TABÚ	22
2.1.4.2 PREGUNTAS COMUNES	24
3. PROPUESTA PRÁCTICA	26
INTRODUCCIÓN	26
ACTIVIDADES	28
1. CUENTO SOBRE LA MUERTE DE UN SER QUERIDO.	28
El postizo de cola de vaca	28
2. RETRATO DE LA FAMILIA	31
3. CUENTO: EL PATO Y LA MUERTE	33
4. CUENTO: CUANDO LA MUERTE VINO A NUESTRA CASA	38
5. PREGUNTAS Y RESPUESTAS	43
6. LAS CUATRO ESQUINITAS	45
7. ¿TRISTE ANTE LAS DESPEDIDAS?	46
8. TIC-TAC TIC-TAC	47
9. QUÉ HERMOSO FUE, RECORDÉMOSLO	48
10. DESPEDIDA	49
11. MI COFRE SECRETO	50
4. CONCLUSIONES	51
LIMITACIONES Y PROSPECTIVA	52
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	53

1. INTRODUCCIÓN

El tema de la investigación es la Elaboración de una propuesta didáctica para abordar la pérdida entre los niños de 3 a 6 años.

El duelo ante la pérdida por fallecimiento de un ser querido, por parte de un niño de infantil, es un tema muy poco tratado todavía actualmente. Sí que se ha trabajado mucho ante el duelo por la separación de los padres, ya que actualmente es algo bastante frecuente. Pero el duelo por fallecimiento es algo de lo que prácticamente no se habla y debería ser tenido en cuenta, ya que en el momento en que se encuentran con una situación de este tipo, los/las maestros/as no sabemos cómo actuar y cómo afrontarlo, dentro de todo el mundo educativo.

Existe bibliografía sobre este tema en libros de consulta, libros para padres, libros sobre el duelo, etc. Algunos de ellos son: manual de psicología clínica infantil y del adolescente, los miedos de los niños, cuentos que ayudan a los niños, cómo ayudar a los niños a afrontar la pérdida de un ser querido, entre otros. Además existen recursos en Internet de gran utilidad para realizar una propuesta didáctica como esta, como cuentos en la página de youtube.com, por ejemplo.

Dicho todo esto, hay un motivo por el cual he decidido trabajar sobre este tema. Trabajo en Educación Infantil en un colegio en la ciudad de Barcelona, y el curso pasado sustituí a la tutora de P4 durante todo el curso. En esta clase había un niño que tenía dos hermanos más mayores. El mayor sufría una terrible enfermedad (Leucemia). Le detectaron la enfermedad poco después de haber hecho la primera comunión. Sus padres y él lucharon durante mucho tiempo buscando todo tipo de soluciones, con remontadas a lo largo del tratamiento hasta que finalmente falleció el pasado mes de julio. Él era el mayor, y el mediano vio todo el proceso de enfermedad de su hermano, pero el menor nunca llegó a ser consciente que alguna vez había tenido un hermano mayor sano, ya que era muy pequeño cuando todo empezó. Siempre ha vivido entre hospitales y caras tristes a su alrededor.

Los padres hacían como si no pasara nada delante del resto de padres, de los que se alejaron, y de las maestras de Infantil, con las que procuraban siempre tener una sonrisa en los labios. A principios de julio, nos enteramos que este niño había fallecido después de más de tres años de lucha contra el cáncer. Nos contaron que Éric había dicho que se rendía, que estaba cansado de luchar, y sus días acabaron. Actualmente, el hermano más pequeño, que ya está en P5, muestra una actitud desafiante y provocadora la mayor parte

del día. Nos encontramos que no sabemos cómo ayudarlo. No tenemos ni formación ni recursos.

Por todo esto, he decidido trabajar sobre este tema, para que al menos una de las maestras de infantil estemos formadas sobre esto y podamos ayudar con todo lo que esté en nuestras manos a este niño y a otros que nos podamos encontrar.

Como pregunta de la investigación, me cuestiono lo siguiente: ¿Qué tipo de actividades se pueden llevar a cabo para ayudar a los niños a elaborar los duelos frente a las pérdidas (muerte)?

El objetivo general de la investigación es: diseñar actividades dirigidas a superar la pérdida de algún ser querido en niños y niñas entre 3 y 6 años.

Los objetivos específicos son :

- Llevar a cabo una investigación sobre el duelo entre los niños.
- Determinar cuáles son las distintas etapas del duelo infantil.
- Diseñar un conjunto de actividades.

El tipo de trabajo que voy a realizar es una propuesta de intervención: una pequeña investigación bibliográfica y una propuesta didáctica. Una propuesta didáctica es una unidad de programación de enseñanza que se realiza con un tiempo previamente delimitado. Este proceso didáctico está muy ligado a teorías constructivistas.

Las teorías constructivistas defienden la idea que es necesario proporcionar a los niños y niñas herramientas y recursos que les ayuden a construir sus propios procedimientos para resolver situaciones. Todo ello implicará que cambien ideas previas y sigan aprendiendo en cada momento.

2. MARCO TEÓRICO

2.1 EL DUELO

Según el diccionario de la Real Academia Española, duelo es: *1. Dolor, lástima, aflicción o sentimiento. 2. Demostraciones que se hacen para manifestar el sentimiento que se tiene por la muerte de alguien.*

El duelo es la reacción normal ante una pérdida ya sea física, que es todo aquello que es tangible, y simbólica, que es todo aquello relacionado con lo psicosocial.

La muerte es, ya no solo el fin de una vida, sino también el fin de actividades y experiencias a compartir con aquella persona que ha fallecido. Además, son los sentimientos y emociones que produce en las personas que sufren dicha pérdida (Peña y Montaña, 2001-2002).

El duelo es aquella palabra que encierra todas las emociones, sentimientos y actitudes en referencia a la pérdida de un ser querido y cada persona reacciona de manera diferente ante dicha situación. Habrá personas que podrán expresarlo de manera abierta que pueden pasar a ser patologías de la no aceptación de la pérdida sufrida, y otras personas se encerrarán en sí mismas sin expresar ningún tipo de sentimiento ni emoción hacia esa carencia.

Hay diferentes variables que afectarán al tipo de duelo que cada persona pueda llevar a cabo, como el tipo de pérdida sufrida (amputación, separación, muerte...) y el contexto en que ello se encuentre, como:

- *Circunstancias de la muerte y rituales en torno a ella.*
- *Relación previa con la persona fallecida.*
- *Edad, sexo, personalidad y situación vital de la persona que sufrió la pérdida.*
- *Características de la familia (...)*
- *Aspectos psicosociales del quién sufre la pérdida (...)* (Apraiz Sagarna, Iratxe (2005/2006). *El duelo. Cómo ayudar a los niños/as a afrontarlo*. Recuperado el 18 de noviembre de 2014 de <http://www.avntf-evntf.com/imagenes/biblioteca/apraiz,%20i.%20tbjo.%203%C2%BA%20bi%2005-06.pdf>)

2.1.1 FASES EN EL DUELO

Por lo general, hay unas fases del duelo por los que toda persona debe pasar. Son distintas entre adultos y niños, hasta determinada edad. En este apartado expondré las fases del duelo en los adultos para, después poderlo comparar con las etapas en los niños entre 3-6 años aproximadamente, que son las edades en las que está centrado el trabajo.

Según el autor hay distintas fases del duelo, pero por lo general todos hablan de las mismas, aunque con distintos nombres. Las distintas fases del duelo son:

2.1.1.1 FASE 1: ENTUMECIMIENTO O SHOCK

Esta es la fase más temprana. Consiste en la intensa desesperación, en la que el aturdimiento, la negación y la rabia pueden durar desde un momento a varios días. Esta es la fase en la que se puede recaer a lo largo de la recuperación en el proceso de duelo.

La muerte es una separación obligada, una ruptura. Si el fallecimiento de la persona se ha dado de forma inesperada, la angustia sufrida es aun más aguda. En estos casos es posible una conmoción física real en el momento de recibir la noticia.

En el momento en que se comunica la muerte, la persona superviviente, se encuentra incapaz de controlar los acontecimientos de la vida y, a la vez, que debe cumplir con los deberes y responsabilidades del caso.

Los primeros días después del suceso son de gran ayuda las distintas ocupaciones, ya que dan la oportunidad de empezar a comprender la realidad de dicha pérdida.

Durante la primera fase del duelo, la persona puede experimentar cambios en su vida cotidiana, como de alimentación u horas de sueño, del descanso nocturno. Algunas personas tienden a comer más en situaciones de ansiedad como estas. Otras, en cambio, comen menos ya que se les “cierra” el estómago. Algunas personas, tienden a dormir inquietas, con sueños perturbadores que hacen que se despierten, o bien que se despierten de madrugada y no puedan volver a dormirse, por ejemplo.

Hay momentos de tristeza profunda, los cuales son inesperados, y las lágrimas aparecen sin poder ser controladas. Cualquier cosa que recuerde al fallecido puede provocar estos sentimientos de tristeza. No hay que bloquear esos sentimientos, sino dejarlos salir, ya que ayudan a curar, a depurar.

Si quedaron temas pendientes en la relación con el fallecido, una buena manera de zanjarlos es escribirle cartas, visitar su tumba, escribir un diario, etc.

2.1.1.2 FASE 2: ANHELO, BÚSQUEDA

En esta fase, la persona, sufre una intensa añoranza hacia la persona fallecida y no cesa de buscarla constantemente. Es una fase de inquietud física y en la que los pensamientos hacia la persona fallecida son constantes. Esta etapa puede durar desde varios meses a años, aunque normalmente de forma atenuada.

En esta etapa, probablemente, se tendrán problemas de depresión e impotencia para cambiar los sucesos de la vida. Habrá momentos en que le faltará energía, e incluso se puede dar momentos de tensión física y de nerviosismo.

Hay personas que tienden a buscar consuelo o enmascarar esta tristeza y desamparo que sienten con el abuso de determinados medicamentos, drogas o alcohol. Esto lo único que consigue es que posteriormente el problema se haya agravado y se vuelvan excesivos, temporal o permanentemente. El problema viene cuando, al intentar bloquear los sentimientos de manera artificial, esta ayuda prestada se vuelve indispensable para la persona y pase a depender de ella para sentirse mejor, al menos momentáneamente.

Una parte importante de esta segunda etapa es la búsqueda de una nueva identidad. Una identidad nueva y separada. Personal.

2.1.1.3 FASE 3: DESORGANIZACIÓN Y DESESPERANZA

En esta fase la realidad de la pérdida comienza a establecerse. La persona en duelo parece apática, desarraigada. Ésta, puede sufrir de insomnio y que los hábitos alimenticios estén haciendo su efecto, experimentando una pérdida de peso, por ejemplo. En esta fase, la persona superviviente tiene la sensación de que la vida ha perdido sentido. Que ya no es lo mismo. Que le falta una parte importante en su vida. La persona tiende a tener recuerdos con la persona fallecida, y cuando se da cuenta de que son sólo eso, recuerdos, tiene una fuerte sensación de desconsuelo. Aunque esta sensación no es tan fuerte como la que se experimentaba en la fase 2. el resto de reacciones emocionales, como resentimiento, ansiedad, culpabilidad, enojo... también se empiezan a dar en menor grado.

Empieza a establecerse la normalidad en el consumo de alcohol, drogas, cigarrillos, medicamentos....

2.1.1.4 FASE 4: REORGANIZACIÓN, ACEPTACIÓN

Esta es la última fase del duelo. La fase de ampliación de grupos sociales, de empezar a planificar actividades, tanto la persona sola como en grupos de personas, aunque sean conocidas recientemente. En esta fase empiezan a desaparecer los aspectos más dolorosamente agudos y la persona empieza a reincorporarse a la vida.

La persona fallecida empieza a recordarse, ya no con dolor, sino una mezcla entre alegría y tristeza. Alegría por haber compartido tantas experiencias con el difunto, haberlo conocido y haber formado parte de su vida, y tristeza porque ya nunca más volverá y se le echará en falta.

Ya se tienen nuevos patrones de actuación, nuevas maneras de hacer las cosas, y se combinan de forma más espontánea con las antiguas. Cambian algunas costumbres y maneras de hacer las cosas. A veces, se retoman cosas que se tenían por olvidadas.

Con la finalización de las etapas del duelo, la persona regresa al mundo de los que viven, los que quieren, los que aman, los que disfrutaban de las pequeñas cosas de la vida. Regresa con nuevos recursos con los que afrontar la vida y con una nueva visión de ella.

2.1. 2 REACCIONES AL DUELO

Hay distintos tipos de reacciones ante el duelo según el tipo que sea, físico o cognitivo. Las reacciones y sensaciones que voy a comentar son en referencia a un duelo normal, no un duelo crónico o patológico. Es decir, al duelo no complicado.

Las reacciones que se suelen tener desde el ámbito cognitivo según E. Caballo, Vicente y Ángel Simón, Miguel (2001-2002) pg. 188 son las siguientes:

- *Culpa y autorreproche: son experiencias comunes de los supervivientes. Generalmente la culpa es manifestada por las cosas que sucedieron o las que no se realizaron. Frecuentemente la culpa es irracional y mitiga la realidad.*

- *Ansiedad: la ansiedad del superviviente puede ir desde un sentimiento de inseguridad hasta un ataque de pánico. Esta ansiedad llega desde dos fuentes: a) los dolientes temen no poder cuidarse ellos mismos, y b) temen no ser capaces de vivir sin la persona que han perdido.*

- Soledad: Éste es un sentimiento frecuentemente expresado por los supervivientes, en particular quienes han perdido al marido o a la esposa.

- Fatiga: muchas veces puede ser experimentada como apatía: es una sensación física que incluye una medida de trastornos del estado de ánimo.

- Incapacidad: Con frecuencia se presenta en la etapa inicial del duelo; la experimentan sobre todo los viudos.

- Shock: se presenta especialmente en los casos de muerte súbita.

- Anhelo: Es una respuesta normal a la pérdida: su disminución puede ser un signo de que el duelo está llegando al final.

- Emancipación: Puede ser un sentimiento positivo después de la muerte.

- Alivio: Mucha gente siente alivio después de la muerte de una persona amada, particularmente si ésta sufría una enfermedad terminal o dolorosa.

- Adormecimiento: Algunas personas reportan una falta de sentimientos; esta experiencia es frecuente en los procesos tempranos del duelo y generalmente ocurre porque se niegan muchos sentimientos que siguen a la muerte.

Además hay otras maneras de actuar, a las cuales se les llama Mecanismos Psíquicos de Defensa. Éstos protegen al individuo y les permiten movilizarse, sin tener que mostrar a los de su alrededor más emociones e inseguridad que lo que desean hacer. Los más comunes son los siguientes según Paráis Sagarna Iratxe (2005/2006) pg. 6, 7.

- El rechazo: se niega la realidad. Uno se resiste a afrontar experiencias dolorosas.

- La represión: mecanismo que impide que los sentimientos que conllevan ansiedad salgan a flote.

- La fijación: es un parón en el desarrollo evolutivo, que se manifiesta con ideas obsesivas.

- La racionalización: es un mecanismo que se adopta frecuentemente para controlar la dimensión emotiva: quien lo usa, privilegia la dimensión racional y no permite que emerjan los sentimientos.

- El aislamiento: la persona tiende a retirarse y se niega a establecer relaciones con los demás. El aislamiento se encuentra también en el mismo interior de la persona cuando se da una separación entre sus planos emotivo e intelectual.

- La regresión: vuelta a un estadio de comportamiento anterior.

- La somatización: es un mecanismo por el que la tensión no es liberada, si no absorbida por el organismo: el cuerpo paga el precio por la incapacidad del individuo de canalizar sus energías y emociones al exterior.

- La identificación: es un proceso psíquico de unificación con el difunto; la persona no vive su historia o proyecto existencial, si no el del otro.

Otras manifestaciones y síntomas cognitivos, conductuales, y afectivo-emocionales son, según Pérez, Magdalena (2010):

Reacciones afectivo-emocionales:

- Shock.
- Aturdimiento.
- Pánico.
- Incredulidad.
- Confusión.
- Rechazo.
- Rabia.
- Miedo.
- Angustia.
- Tensión.
- Desesperanza.
- Desamparo.
- Depresión.
- Apatía.
- Culpa.
- Impotencia.
- Inseguridad.
- Incertidumbre.
- Vulnerabilidad.
- Tristeza.
- Represión.
- Nerviosismo.
- Resignación.
- Alivio.
- Cariño.
- Amor.
- Serenidad.
- Soledad.

Reacciones cognitivas:

- Ideas de suicidio.
- Falta de interés.
- Falta de concentración.
- Falta de memoria.
- Pérdida de control.
- Amnesia del hecho.
- Búsqueda del ser querido.
- Sentimiento de inferioridad.
- Sueños.
- Miedos.
- Pensamientos raros.
- Notar la mente en blanco.
- Falacia de recompensa divina.
- Dificultad de generar proyectos.
- Necesidad de localización del ser querido.
- Pérdida del sentido de la propia vida.
- Alucinaciones.
- Confusión.
- Desorientación.
- Pesadillas.
- Culpabilización.
- Auto culpa.
- Falta de autoestima.
- Despersonalización.
- Negación.
- Demanda de justicia.

Reacciones conductuales:

- Pérdida de confianza.
- Resentimiento social.
- Problemas familiares.
- Problemas sociales.
- Problemas económicos.
- Problemas sexuales.
- Aislamiento.
- Sensación de no pertenencia a grupo social.
- Retroceso del comportamiento.
- Disminución de actividad.
- Trastornos de conducta.
- Drogadicción.
- Alcoholismo.
- Atesorar pertenencias.
- Llanto.
- Risa.

Por último, hay una serie de sensaciones físicas que se dan en algunos casos. Estas sensaciones no se dan siempre, pero cuando surge hay que prestarles importancia ya que juegan un papel significativo en el proceso del duelo. Algunos de los síntomas más comunes son, según E. Caballo et al. (2001-2002):

- *Vacío en el estómago.*
- *Atoramiento en la garganta y el pecho.*
- *Sobresensibilidad de la nariz.*
- *Sensación de despersonalización.*
- *Respiraciones cortas.*
- *Debilidad en los músculos.*
- *Falta de energía.*
- *Boca seca.*

Otras manifestaciones según Pérez Trenado, Magdalena (2010) son:

- *Llanto.*
- *Somnolencia.*
- *Insomnio.*
- *Taquicardia.*
- *Punzadas en el pecho.*
- *Falta de aire.*
- *Hiperventilación.*
- *Pérdida de peso.*
- *Sudor.*
- *Temblores.*
- *Anorexia.*
- *Bulimia.*
- *Rigidez física.*
- *Sensación de vacío.*
- *Sensación de inquietud.*
- *Momentos de pánico.*
- *Momentos de asfixia.*
- *Dolor de cabeza.*
- *Dolor de estómago.*
- *Falta de deseo sexual.*

2.1.3 DUELO FAMILIAR Y ETAPAS

Algunos psicólogos piensan, como Greaves (1983) y Gilbert (1996), que la muerte de un miembro de la familia supone la muerte de toda la familia. Es entonces cuando tienen que buscar y establecer nuevas bases para su sistema familiar (Paráis Sagarna Iratxe (2005/2006)).

El sistema familiar, para poder crear estas nuevas bases, necesitará tener recursos. Si no es así, este sistema puede romperse y desaparecer ante este gran cambio, ante esta pérdida por muerte.

Ante estos cambios se dan conductas defensivas para la integridad de la familia. Hay diversos cambios como: reagrupación de la familia nuclear, se intensifican las relaciones afectivas con personas próximas a dicha familia y los posibles conflictos existentes se dan una tregua, entre otras cosas.

Pereira afirma que la desaparición de un miembro de un sistema familiar trae consigo la necesidad de (Paráis Sagarna Iratxe (2005/2006)):

- Reorganización de los sistemas comunicacionales.
- Reorganización de las reglas de funcionamiento del sistema.
- Redistribución de Roles.
- Adaptación a una nueva realidad en la que el fallecido está ausente.

ETAPAS DEL DUELO FAMILIAR:

- **ASUMIR LA REALIDAD DE LA PÉRDIDA:** según Magdalena Pérez (2010), el trabajo de la familia supone llegar a una afirmación de la realidad de la pérdida, que la persona en cuestión ha muerto y en el momento de comunicarse entre ellos esta información ha de quedar bien clara. Suele pasar que la información se distorsione entre los diferentes miembros de la familia.

- **DAR EXPRESIÓN A LAS EMOCIONES Y EL DOLOR:** hay muchos tipos de familia y en cada una de ellas cada miembro de la familia y cada unidad familiar reaccionará de manera distinta hacia el duelo.

Los miembros de la familia han de expresar, compartir y admitir los sentimientos de cada uno de ellos. Sean los que sean. Además, deberán contenerlos en el ámbito familiar. Todo esto no es algo fácil de hacer, todo lo contrario. Es algo realmente complicado, ya que a la vez que se están reconociendo los propios sentimientos no sólo con uno mismo sino con el resto de la familia, hay que aceptar que otro miembro de la familia tenga distintos sentimientos que los míos. Sean más o menos intensos o dolorosos. Los sentimientos encontrados dentro de la misma familia pueden ser ira, decepción, alivio, desamparo y culpa, por ejemplo. Algunos de ellos son totalmente opuestos y hay que respetarlos todos y cada uno de ellos.

La evolución de estos sentimientos, ya que no todas las personas evolucionan igual ni en el mismo momento, puede llegar a ser realmente difícil. Además, hay que intentar compartir, permitir y admitir la expresión de estas emociones, ya que ayuda en el crecimiento personal de cada uno.

Hay familias que llevan a cabo un proceso de duelo adaptativo, ya que son más flexibles y aceptan las distintas emociones, tanto positivas como negativas, que se van desencadenando en los diferentes miembros de la familia.

Hay otras familias, en cambio, que llevan a cabo un proceso de duelo evitativo. Hay algunas que mantienen el silencio dentro del seno familiar. Otras querrán que todo sea como antes, como si nada hubiera cambiado, que no permitirán que nadie ocupe el lugar del fallecido. Otras idealizarán al difunto, dejando incluso los objetos personales de él intactos, como un altar. Y nos podemos encontrar familias que no toleran las diferencias entre los sentimientos, es decir, que todos deben sentir lo mismo y de la misma manera (con la misma intensidad).

Si no se da la experiencia del dolor compartido será muy difícil superar esta etapa.

- ADAPTARSE A UN MEDIO EN EL QUE EL FALLECIDO ESTÁ AUSENTE. REORGANIZACIÓN DEL SISTEMA FAMILIAR: La adaptación al medio será distinto para cada persona. Será según sea la persona y las necesidades que tenga. También dependerá del rol que desempeñaba el fallecido dentro de la familia y de la relación que tenía con cada miembro.

Este trabajo necesita de muchos cambios a los que cada miembro de la familia, y la familia en conjunto, deben enfrentarse (horarios, actividades, cambios de roles...).

Esta reorganización dependerá del ciclo vital en que se encuentre la familia, de las causas de la muerte del familiar y de qué familiar se trata.

No es el mismo trabajo ni la misma reorganización una familia que ha perdido a un hijo, que una pareja joven sin descendencia muera uno de los dos cónyuges, que fallezca uno de los dos miembros de una pareja de ancianos. Cada tipo de pérdida requiere un tipo diferente de tarea y reorganización.

- “RECOLOCAR” EMOCIONALMENTE AL FALLECIDO Y CONTINUAR VIVIENDO. “REINTEGRACIÓN” EN OTRAS RELACIONES Y METAS E INTERESES EN LA VIDA: Hay que procurar olvidar recordando.

El objetivo de esta etapa no es olvidar al fallecido, sino encontrarle un sitio en la vida emocional del superviviente que le permita seguir funcionando eficazmente.

A través del recuerdo y el afecto hacia la persona fallecida, ésta seguirá viviendo. No hay necesidad de su presencia física. Hay que encontrar un sitio para esa persona dentro de la nueva realidad. Para todo esto es importante decir adiós, y luego hola.

A pesar de todo esto nada volverá a ser igual que antes. Lo que sí se conseguirá es un duelo más suave, menos doloroso.

A veces esta recuperación es, o parece, inalcanzable, y las personas que no lo consiguen se frustran.

Según Baum, Heike (2010), hay cuatro puntos importantes para la persona adulta que quiera ofrecer un buen ejemplo en cuanto a la demostración de los sentimientos:

- *No encerrarse y aislarse totalmente en su propio dolor, sino continuar demostrando cariño y atención a la criatura. Podemos hablar con ella de nuestra aflicción pero sin dejar de prestar oídos a sus pequeñas preocupaciones cotidianas.*
- *Darle a entender que él no es la causa de los sentimientos dolorosos, aun cuando plantea una y otra vez el tema con sus preguntas.*
- *No hay que esperar del niño palabras de consuelo, consejo ni apoyo. A los niños nunca hay que hacerlos responsables por los sentimientos de los adultos, ni servirse de ellos como terapéutica sedante. Aunque a veces nos resulte difícil, hay que soportarlos tolerando que a ratos alboroten o hablen alto.*
- *Debe ofrecérseles asimismo la posibilidad de comentar acerca del llanto. El niño que por primera vez ve llorar a una persona adulta se lleva un susto tremendo. No es imprescindible contestar enseguida a sus preguntas, pero podemos convenir con él que lo haremos en un instante futuro. Es útil que la criatura comprenda que ahora la persona adulta necesita llorar o sollozar incluso, para su propio bien.*

<i>Duelo individual</i>	<i>Duelo familiar</i>
Duelo individual	Duelo familiar
Asumir la realidad de la pérdida	Reconocimiento compartido de la realidad de la pérdida
Dar expresión a las emociones y al dolor	Experiencia compartida de las emociones y del dolor.
Adaptarse a un medio en el que el fallecido está ausente.	Reorganización del sistema familiar
Recolocar emocionalmente al fallecido y continuar viviendo	“Reintegración” en otras relaciones y metas e intereses en la vida.

Extraído de Pérez Trenado, Magdalena (2010) p. 281

2.1.4 EL DUELO EN LOS NIÑOS.

Cuadro2. Aflicción y estadios de desarrollo

Edad	Comprensión de la muerte	Manifestaciones de aflicción
Lactancia hasta los 2 años	Todavía no es capaz de comprender la muerte.	Quietud, irritabilidad, disminución de la actividad, sueño precario y pérdida de peso.
	La separación de la madre produce cambios.	
2 a 6 años	La muerte es como dormir.	Hace muchas preguntas (¿Cómo va al baño? ¿Cómo come?).
		Problemas para alimentarse, dormir y controlar la vejiga y los intestinos.
		Miedo al abandono.
		Rabietas.
	La persona muerta continúa viva y funciona de alguna forma.	Pensamiento mágico (¿Pensé o hice algo que causó la muerte? ¿Como cuando dije te odio y deseo que te mueras?).
	La muerte es temporaria, no final.	
La persona muerta puede revivir.		

Extraído de Instituto Nacional del Cáncer.

El cuadro anterior describe perfectamente de qué manera entienden los niños la muerte. Nos centraremos en los niños que comprenden las edades entre los 3-6 años, que es la etapa del segundo ciclo de Educación Infantil, aunque hay que recalcar la presencia de duelo en los niños desde los 6 meses de edad, que experimentan la angustia de la separación cuando la madre está ausente.

La muerte es un concepto muy abstracto que depende de muchos y diferentes factores, como: edad, creencias religiosas, educación, aspectos emocionales...

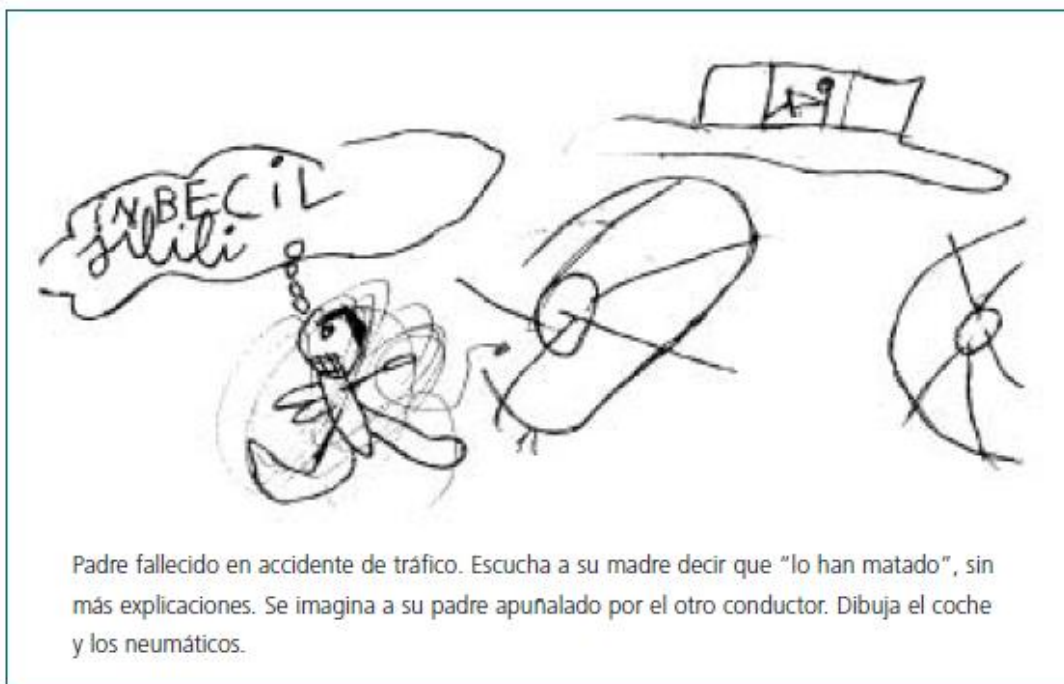
A continuación voy a mostrar tres dibujos de niños de 4, 5, y 6 años que han perdido la madre o el padre:

Figura 1. A.F.Z.- 5 años.



Extraído de Ordóñez Gallego, Amalio y Lacasta Reverte, M^a Antonia. pg. 122

Figura 2. M.S.E.- 4 años.



Extraído de Ordóñez Gallego, Amalio y Lacasta Reverte, M^a Antonia. pg. 123

Figura 3. E.G.R.- 6 años.



Extraído de Ordóñez Gallego, Amalio y Lacasta Reverte, M^a Antonia. pg. 123¹

¹ El documento del cual están extraídos estos dibujos y alguna información no consta de año de publicación, por eso no aparece en la bibliografía ni en las referencias señaladas.

Hasta los 3 o 4 años no se considera la muerte como algo definitivo, ya que ignora de manera relativa este concepto. Suelen confundir la muerte con que la persona está durmiendo y en algún momento o algún día despertará. Entre los 4-6 años es un hecho temporal y reversible. Los muertos tienen sentimientos y pueden respirar, comer, sentir, dormir... es decir, tienen funciones biológicas.

Los niños de estas edades piensan que los pensamientos son mágicos, que alguna vez que se habían enfadado con la persona que ha muerto y le habían gritado "¡ite odio!", por ejemplo, se ha hecho realidad.

Antes de los cinco años no se llegan a entender los tres componentes básicos de lo que es la muerte. Éstos son, según Ordóñez Gallego, Amalio y Lacasta Reverte, M^a Antonia:

1. Es irreversible, definitiva y permanente.
2. Consiste en la ausencia total de las funciones vitales.
3. Es universal, es decir, que nadie escapa de morir.

Antes de los cinco años no es común ver a un niño llorando sufriendo por el duelo, sino que lo más común es notar perplejidad y confusión.

De la misma manera que los niños piensan que hay "pensamientos mágicos", se hacen tres preguntas durante el duelo, según Ordóñez Gallego, Amalio y Lacasta Reverte, M^a Antonia:

1. ¿Causé yo la muerte?
2. ¿Me pasará esto a mí?
3. ¿Quién me va a cuidar?

Los niños suelen pasar por tres etapas del duelo:

- PROTESTA

El niño echa mucho de menos, añora amargamente, al progenitor que ha fallecido, y llora suplicando que vuelva. Esta fase suele durar unos días, dependiendo de la edad del infante. A menudo lloran a gritos protestando enérgicamente, sacudiéndose en la cama o la cuna (en el caso de los bebés), se arrojan de un lado a otro y se mantienen alerta ante cualquier señal visual o auditiva que pudiera revelarles la presencia del progenitor ausente.

- DESESPERANZA

Al cabo de unos días, el niño empieza a perder la esperanza de que su progenitor vuelva. Eso no significa que su deseo de que vuelva haya disminuido, pero sí la esperanza de que eso suceda. Los llantos empiezan a ser intermitentes y puede llegar a pasar por una fase de apatía y retracción.

- RUPTURA DEL VÍNCULO

Al cabo de un tiempo, el cual es distinto para cada infante, empieza a renunciar a parte del vínculo emocional que tenía con el fallecido, y empieza a mostrar interés por el mundo que le rodea. Hasta los 3 años de edad no se comprende el significado de la muerte, por lo cual, la muerte se entiende como una separación, como un abandono y representa una amenaza a la seguridad.

Hay una serie de manifestaciones del duelo en los niños, que también se da en los adolescentes. Las que voy a enumerar a continuación son las que se consideran normales dentro de la fase de duelo, según Ordóñez Gallego, Amalio y Lacasta Reverte, M^a Antonia:

- *Conmoción y confusión al haber perdido la persona amada.*
- *Ira por haber sido abandonados y que pueden ponerse de manifiesto en juegos violentos, pesadillas y enfado hacia otros miembros de la familia.*
- *Miedo a perder al progenitor que sigue viviendo o ser abandonado por éste.*
- *Vuelta a etapas anteriores del desarrollo emocional con conductas más infantiles.*
- *Culpabilidad derivada de la dificultad de relación con el fallecido o de la creencia de haber causado la muerte por el mero hecho de haber deseado en algún momento que ya no estuviera o que desapareciera.*
- *Tristeza por la pérdida, que se puede manifestar con insomnio, anorexia, miedo a estar solo, falta de interés por las cosas que antes les motivaban y disminución acentuada del rendimiento escolar.*

Los niños de 3/4- 6 años de edad sienten la necesidad de tener una seguridad física, afecto y saber quién los va a cuidar. Es una etapa en que están aprendiendo a expresarse verbalmente y lo hacen a través del juego. En estas edades no se tiene todavía la noción de tiempo, a la vez que no se comprende el significado de la muerte en su totalidad. Así que esperan a que la persona que ha fallecido vuelva a la vida sin más.

Los niños, en general, no tienen la capacidad de estar concentrados largos periodos de tiempo, así que tampoco pueden enfocar sus sentimientos en largos periodos de tiempo, sobretodo aquellos que no pueden expresar.

Para que el niño pueda entender qué es la muerte, puede ser útil hacer referencia a los momentos de la vida cotidiana donde la muerte está presente, como en la naturaleza, los animales de compañía, etc.

Hay una serie de respuestas habituales en los niños de 2-5 años de edad, según W. C. Kroen (1996), en Apraiz Sagarna, Iratxe (2005/2006).

- *Perplejidad: parecen totalmente confusos sobre lo que ha ocurrido o se niegan a creerlo. Es posible que pregunten reiteradamente: “¿Dónde está papá?”. Desean saber cuándo va a volver la persona fallecida, o la buscan activamente.*

- *Regresión: se pegan al padre superviviente, se quejan, se hacen pipí en la cama, piden un biberón, se chupan el dedo...*

- *Ambivalencia: a algunos niños parece no afectarles en absoluto la muerte. Responden ante la noticia con preguntas o afirmaciones inadecuadas. Aunque sea una reacción desconcertante, es bastante común. Significa que no ha aceptado o afrontado la muerte, pero comprende lo que ha sucedido. Lo más habitual, es que el niño elabore el duelo alternando fases de preguntas y expresión emocional, con intervalos en que no menciona nada del asunto. Suele sentir rabia y enfado por haber sido abandonado, y puede expresarla de muchas maneras (...)*

- *Expresan su dolor a través de los juegos: con sus compañeros y amigos pueden jugar a morirse, al entierro... Todos estos comportamientos son absolutamente normales y tienen que ser respetados como necesarios para que el niño realice de forma adecuada el duelo.*

- *Toman a sus padres como modelo: no es malo que los niños vean el dolor y la tristeza. No tengamos miedo de mostrar los propios sentimientos delante del niño (...). Cuando le mostramos lo que sentimos, el niño nos percibe más cercanos, y es más fácil que nos diga él también, lo que le está pasando. (...)*

- *Miedo a morir u a otra pérdida: los niños más pequeños creen que la muerte es contagiosa y pueden pensar que pronto llegará su turno. Explicarles que no tienen nada que temer. Les preocupa que el padre o la madre superviviente también le abandone. Se preguntan qué les ocurriría y cómo sobrevivirían.*

- *Establecen vínculos afectivos: aunque el niño sepa que su ser querido ha muerto, siente necesidad de seguir manteniendo una relación afectiva, y así, la persona fallecida puede por un tiempo convertirse en un padre o madre imaginario. (...) El niño puede establecer vínculos afectivos con otros adultos que se parezcan al difunto o tengan unas cualidades similares (...) y pedirles que sean su padre o su madre (...).*

- Comprueban la realidad: al principio es posible que parezca y saben y aceptan lo que ha ocurrido, pero después (...) preguntan cuando volverá o lo buscan por la casa.

LOS DERECHOS DE LOS NIÑOS EN EL DUELO

1. Tengo derecho a tener mis sentimientos por la muerte de un ser querido

Puedo enfadarme, sentirme triste o solo/a. 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 necesite hablar, encontraré a alguien que me escuche y me quiera. Cuando no quiera hablar, no pasa nada; también estará bien.

3. Tengo derecho a expresar los sentimientos a mi manera

Cuando los niños sufren, les gustan jugar para sentirse mejor durante un rato. Puedo jugar y reírme. También puedo enfadarme y portarme mal. Esto no quiere decir que sea malo/a, sino que tengo sentimientos que me asustan y que necesito que me ayuden.

4. Tengo derecho a que los demás me ayuden a sobrellevar el dolor

Especialmente los adultos que me quieren. Básicamente necesito que presten atención a lo que siento y lo que digo, y 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.

6. Tengo derecho a sufrir oleadas de dolor

Las oleadas de dolor son sentimientos de tristeza repentinos 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 siento así a lo mejor tengo miedo de estar solo/a.

7. Tengo derecho a utilizar mi fe en Dios para encontrarme mejor

Puede que rezar me haga sentir mejor y, de algún modo, más cerca de la persona que ha muerto

8. Tengo derecho a preguntarme por qué ha muerto la persona querida

Sin embargo, si no encuentro una respuesta, no pasa nada. Las preguntas sobre la vida y la muerte son las más difíciles de contestar.

9. Tengo derecho a recordar a la persona que ha muerto y hablar de ella

En unas ocasiones, los recuerdos serán alegres y en otras 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 sentirme bien

Extraído de Apraiz Sagarna, Iratxe (2005/2006) pg. 20

2.1.4.1 QUE LA MUERTE NO SEA UN TEMA TABÚ

Hoy en día, parece que hablar de la muerte sea de “mal gusto”. Intentamos evitar mirar de frente hacia ese hecho, que es natural, que forma parte de la vida. Como si quisiéramos decir o hacer ver que la muerte es un error que no tiene por qué pasarnos a nosotros.

Muchos adultos se creen que deben proteger a los niños del dolor y la pena. No les dejan ni asistir a los velatorios o entierros de algún familiar próximo, como el de los abuelos. Si tienen alguna mascota y muere les dicen que está en el paraíso de los animales. Que salió corriendo o volando.

Es normal que los adultos pensemos que debemos protegerlos de todo ello, ya que queremos que tengan una infancia feliz y sin preocupaciones de ningún tipo. Pero eso no es formarlos como personas íntegras en todos los aspectos. La vida no es así. De echo, aunque queramos protegerlos del dolor y el sufrimiento, ellos ya desde el momento del nacimiento tienen temores y preocupaciones. Algunas son condiciones de la evolución psicológica de los niños, y otras las da el entorno aunque se intente evitar. Es a partir de los seis años cuando el niño empieza a entender el significado real de la muerte y que él también está expuesto a ella. Aunque no haya presenciado ninguna muerte, ni haya tenido ninguna a su alrededor, este descubrimiento angustioso para ellos se da.

En el caso que se de alguna muerte alrededor de los niños, aunque no se hable del tema, ellos captan la angustia, el sufrimiento, el dolor de los adultos. De ahí resulta la sensación de que “de eso no se habla”. Por ello, la muerte se convierte en un tema tabú.

Los niños también necesitan expresar sus sentimientos de tristeza y rabia, de preguntar lo que necesiten, de saber por qué se sienten así e intentar superarlo junto a su familia. Hay que socializar los niños dentro de las familias.

El problema muchas veces es que los adultos no tenemos las respuestas a punto para las preguntas de los niños. La ocasión, entonces, sería idónea para sentarse todos juntos y buscar el sentido, el cómo y el por qué y aprender todos juntos de la experiencia.

Los niños no tienen ideas preconcebidas del tema de la muerte. No tienen prejuicios sobre ello. Les sería muy fácil tumbarse dentro de un ataúd y luego decir que es muy cómodo, que se descansa muy bien. No tienen problemas en preguntarle a la persona que vean trabajando en un cementerio sobre cualquier cosa que se les ocurra en ese momento. Somos los adultos los que nos vemos frágiles e incapaces muchas veces a enfrentarnos a este tema.

Los niños son curiosos y quieren aprender, comprender el mundo tal y como es, no solo las cosas bonitas.

Los adultos debemos superar nuestros temores y acompañar a los niños en su curiosidad y en el proceso de su aflicción.

2.1.4.2 PREGUNTAS COMUNES

2.1.4.2.1 LAS DIEZ PREGUNTAS MÁS COMUNES QUE SE HACEN LOS PADRES

A continuación enumeraré las diez preguntas más comunes, según C. Kroen, William (2002) que se hacen los padres ante el fallecimiento de algún miembro de la familia. Estas preguntas van enfocadas a cómo tratar el tema con sus hijos:

- *¿Cómo puedo comunicar a mis hijos la muerte acaecida?*
- *¿Qué puedo decirles cuando mis hijos me preguntan “por qué”?*
- *¿Debo hablarles de la muerte en términos religiosos?*
- *¿Deben ir mis hijos al velatorio, al funeral y al entierro?*
- *¿Les hará daño a mis hijos si me ven llorar y estar apenado?*
- *¿Y si estoy demasiado apenado para ocuparme de las necesidades de mis hijos?*
- *¿Debo contar a los maestros de mis hijos lo que ha ocurrido?*
- *¿Cuáles son algunas de las formas en las que los niños reaccionan a la muerte de un ser querido y cómo debo yo responder?*
- *¿Cuándo es correcto que mis hijos vuelvan a jugar?*
- *¿Qué es lo más importante que puedo hacer ahora mismo por mis hijos?*

*Esta lista de 10 preguntas las voy a dejar sin respuesta específica, ya que previamente ya he ido comentando en los distintos apartados sobre estas cuestiones.

2.1.4.2.2 ALGUNAS PREGUNTAS Y AFIRMACIONES DE LOS NIÑOS

Los niños se plantean interrogantes a partir de lo que ven, lo que escuchan... dependiendo, claro, de nivel madurativo en el que se encuentre. Algunas de las afirmaciones que hacen o preguntas que se pueden plantear, según Apraiz Sagarna, Iratxe (2005/2006), son las siguientes:

- *“¿Qué edad tiene la gente cuando muere?”*
- *“¿Tú te vas a morir, verdad mamá?”*
- *“Yo voy a vivir hasta que tenga mil años.”*
- *“El pajarito no se mueve porque está muerto, ¿verdad?”*
- *“Mi muñeca estaba malita, se murió, pero luego ya se puso buena.”*
- *“Mi perro está en el cielo con mis abuelitos. Yo cuando sea muy mayor voy a ir al cielo a verles”.*
- *“Ahora tú te mueres y yo te curo”.*
- *“Sólo se mueren las personas muy mayores, ¿verdad?”.*

ESPELT SALAZAR, AÍDA

- *“El pajarito ya no se mueve, se ha muerto.”*
- *“Yo no me voy a morir, ¿no?”*
- *“Cuándo tú te mueras, ¿puedo ir contigo?”*
- *“Papá, ¿tú te vas a ir al cielo?”*
- *“El abuelo está muy malito, ¿se va a morir?”*
- *“Esta planta se ha muerto, mira, ya no tiene flores”.*

Los niños plantean preguntas y hacen afirmaciones como estas constantemente. Debemos intentar, en lo máximo de lo posible, responder a ellas con el vocabulario que puedan entender pero sin esconderles información, ya que no les haríamos un bien.

Debemos sentarnos con ellos y, según su proceso evolutivo, contarle de una manera u otra la verdad de lo que se preguntan.

3. PROPUESTA PRÁCTICA

INTRODUCCIÓN

A continuación vamos a encontrar un conjunto de actividades que formarán una propuesta didáctica. Ésta está dirigida a niños y niñas de la segunda etapa de Educación Infantil, es decir, niños y niñas entre 3-6 años. Se van a encontrar actividades para detectar un posible problema en el niño y, de esta manera, ponerle solución o hacer todo lo que esté en manos de la maestra o el maestro. Además, habrá actividades para el conocimiento de qué es el duelo y qué es posible sentir ante ese suceso una vez se encuentren con él y la manera de lidiar con ello para cuando se encuentren con esa situación, ya que es ley de vida y es inevitable que todos, en un momento u otro, nos enfrentamos a dicha situación.

Tanto padres como educadores tenemos la obligación de hablar a los niños sobre el duelo, no debe convertirse en un tema tabú. Es cierto que queremos darles a los niños una infancia alegre y divertida, pero la vida no es así, y hay que educarlos para la vida real, con lo positivo y negativo de ella.

El descubrimiento del significado de qué es la muerte en los niños es algo realmente angustiante. Este descubrimiento surge a pesar de no haber tenido contacto con ninguna persona ni mascota que haya fallecido. Llegado el caso de vivirlo, los niños captan las emociones de los adultos, y captan también si están reprimiendo las lágrimas que en esos momentos aflorarían en su piel. No es malo que nos vean llorar, todo lo contrario. En el caso que se repriman los sentimientos de angustia, pena, dolor, lo que se les enseña es que llorar es malo. Que expresar la rabia que pueden sentir es malo. Que estar triste es malo. Y no lo es.

A partir de estas actividades se les intentará hacer ver todo lo comentado anteriormente, y llegado el caso en el que alguno o algunos de los niños esté pasando por una situación de duelo en ese momento, poderle ayudar en todo lo posible, y ayudarle a que encuentre la manera de lidiar con ese dolor y esa pena.

La metodología que se va a seguir a lo largo de las diferentes actividades es totalmente cognoscitiva y conductual. Vamos a realizar actividades que les ayuden a entender, a partir de ejercicios que ellos sientan, todo lo relacionado con el duelo. Vamos a intentar que

ESPELT SALAZAR, AÍDA

empaticen, que se pongan en el lugar de otro, que sientan cada una de las actividades como suyas, que las interioricen.

A continuación, expongo varias actividades, entre las cuales destacan cuentos (en distintos formatos), actividades de grupo, actividades más individuales o en pequeños grupos, actividades de reflexión, de creatividad, etc.

Por último decir que las actividades no tienen por qué seguir el orden establecido aquí. Se encuentran numeradas pero no significa que deban seguir ese orden. La persona que decida hacer un uso de ellas podrá elegir qué actividades llevarlas a cabo y en qué orden realizarlas.

ACTIVIDADES

1. CUENTO SOBRE LA MUERTE DE UN SER QUERIDO.

El cuento que voy a explicar a continuación trata sobre cómo unos hermanos devuelven a la vida a su padre. El aprendizaje que da el cuento es que una manera de mantener vivas a las personas que queríamos y que, por desgracia, han muerto, es el recuerdo. Es un cuento con cierta dificultad de comprensión, por ello, lo más sensato será tener una charla con los niños después de leerse.

Edad: niños de 5-6 años (P5)

Material:

- Cuento “El postizo de cola de vaca”
- Aula acogedora con espacio para sentarse en el suelo.

Duración: entre 1/2 y 3/4 de hora.

Objetivos:

- Aceptar la realidad de la pérdida.
- Saber escuchar con atención.

El postizo de cola de vaca

De HAROLD COURLANDER y GEORGE HERZOG, en *The Cow-tail Switch and Other West African Stories*

Cerca de los linderos de la selva ecuatorial de Liberia, en una colina que domina el río Cavally, se hallaba la aldea de Kundi, cuyos campos de arroz y mandioca se extendían en todas direcciones. El ganado pastaba en praderas próximas al río. El humo de las hogueras en las chozas circulares de arcilla serpenteaba entre las hojas de las palmeras, y de lejos, aquellas débiles columnas de humo parecían flotar, inmóviles, sobre el poblado. Los hombres y los niños pescaban en el río con redes, mientras las mujeres machacaban el grano en morteros de madera frente a las chozas.

En aquella aldea vivía un cazador llamado Ogaloussa con su esposa y muchos hijos. Una mañana, Ogaloussa descolgó su arma de la pared y fue al bosque a cazar. Su mujer y los niños salieron a cuidar de los campos y a conducir el ganado hasta el prado. Transcurrió la jornada, y cenaron pescado y mandioca. Llegó la noche, pero Ogaloussa aún no había regresado.

Transcurrió otro día, y ni rastro de Ogaloussa. Todos hablaban de ello y se preguntaban qué le pudo haber entretenido. Pasó una semana y luego un mes. De vez en cuando, los hijos de Ogaloussa preguntaban por qué no regresaba a casa su padre. Entretanto, la familia cuidaba la cosecha y los hijos mayores salían a cazar, y llegó el día en que nunca más se volvió a hablar de la desaparición de Ogaloussa.

La esposa de Ogaloussa dio a luz otro hijo, al que llamaron Puli. Puli creció, se hizo mayor, empezó a sentarse y gatear, y un día empezó a hablar, y lo primero que dijo fue: “¿Dónde está mi padre?”.

Los demás hijos otearon el horizonte a través de los arrozales.

“Sí”, dijo uno de ellos. “¿Dónde está papá?”

“Debería de haber vuelto hace años”, comentó otro.

“Debe de haberle ocurrido algo. Tendríamos que salir en su búsqueda”, intervino un tercero.

“Fue a la selva, pero ¿dónde lo encontraremos?”, preguntó otro.

“Yo lo vi marchar”, dijo uno de ellos. “Se fue en esa dirección, cruzando el río. Sigamos su rastro”.

Así fue como los hijos cogieron sus armas y empezaron a buscar a Ogaloussa. Cuando estaban en la espesura de la selva, entre los grandes árboles y lianas, perdieron el rastro. Buscaron y buscaron por la selva hasta que uno de ellos volvió a encontrarlo. Lo siguieron hasta que lo perdieron por segunda vez, y otro hijo volvió a encontrarlo. En la selva reinaba la oscuridad y se perdían muchas veces. Pero siempre había alguien que conseguía encontrar el camino. Por fin, llegaron a un claro, y allí en el suelo yacían dispersos los huesos y las armas de Ogaloussa. Había muerto durante la cacería.

Uno de los hijos dio un paso al frente y dijo: “Yo sé recomponer los huesos de un difunto”. Los recogió y los fue colocando, uno a uno, en su lugar.

Otro dijo: “Yo sé cubrir el esqueleto con tendones, nervios y carne”. Puso manos a la obra y recubrió los huesos de Ogaloussa de nervios y carne.

Un tercer hijo dijo: “Yo tengo el poder de inyectar sangre en un cuerpo”. Inyectó sangre en las venas de Ogaloussa y luego se hizo a un lado.

Otro hijo dijo: “Yo puedo dar respiración a un cuerpo”. Hizo su trabajo y todos pudieron ver que el pecho de Ogaloussa subía y bajaba. Estaba respirando.

“Pues yo puedo conferir la capacidad del movimiento a un cuerpo”, dijo otro, otorgando al cuerpo de su padre la capacidad del movimiento. Entonces, Ogaloussa se sentó y abrió los ojos.

“Yo puedo darle la capacidad del habla”, dijo otro hijo. Y así lo hizo.

Ogaloussa miró a su alrededor y se puso en pie.

“¿Dónde están mis armas?”, preguntó.

Los hijos recogieron las armas oxidadas de la hierba y se las dieron. Luego deshicieron el camino andando, a través de la selva y de los arrozales, hasta llegar al poblado.

Ogaloussa entró en su choza. Su esposa le preparó un baño y se lavó. Permaneció en casa durante cuatro días, y el quinto salió y se afeitó la cabeza, pues eso es lo que hacía la gente cuando regresaba del mundo de la muerte.

A continuación, mató una vaca para organizar un gran festín. Cogió la cola, la trenzó y la adornó con cuentas, conchas de cauri y fragmentos brillantes de metal. Era preciosa. Ogaulossa solía llevarla a todos los actos importantes. Cuando había una danza o una ceremonia oficial siempre la llevaba consigo. En la aldea, la gente decía que era el postizo de cola de vaca más bonito que habían visto jamás.

Pronto hubo una celebración en el poblado para festejar el regreso de Ogaulossa del mundo de la muerte. La gente se vistió con sus mejores túnicas, los músicos llevaron sus instrumentos y se organizó una gran danza. Los tambores retumbaban y las mujeres cantaban. El vino de palma corría en abundancia. Todos eran felices.

Ogaulossa llevaba su admiradísimo postizo de cola de vaca. Algunos hombres se dirigieron a Ogaulossa y le pidieron el postizo, pero él se negaba reiteradamente y no lo soltaba de la mano, poco a poco, el clamor y la confusión fue en aumento; cada vez era mayor el número de personas que se lo pedían, incluyendo las mujeres y los niños. Pero Ogaulossa los rechazó a todos.

Por fin, se levantó para hablar. La danza cesó y todos se acercaron para oírle.

“Hace mucho tiempo fui a la selva”, empezó diciendo. “Mientras estaba cazando, un leopardo me mató. Luego vinieron mis hijos y me trajeron de vuelta a mi aldea desde el mundo de la muerte. Le daré este postizo de cola de vaca a uno de ellos. Todos han

hecho algo para devolverme a la vida, pero sólo tengo una cola de vaca para ofrecer, y se la daré al que hizo más para traerme a casa”.

De inmediato se inició una discusión.

“¡Me la dará a mí!”, dijo uno de los hijos. “¡Yo fui quien hice más, pues encontré el rastro en la selva cuando lo habíamos perdido!”.

“¡No, me la dará a mí!”, replicó otro. “¡Yo fui quien recompuse sus huesos!”.

“¡Pero yo los recubrí de tendones, nervios y carne!”, intervino otro. “¡Soy el que más se la merece!”.

“¿Olvidáis que fui yo quien le concedí la capacidad de movimiento?”, dijo otro hijo. “¡La merezco yo!”.

Otro dijo que era él quien debía quedarse con el postizo de cola de vaca, pues le había inyectado sangre en las venas, y otro reivindicó el trofeo por haberle otorgado la respiración. Cada uno de los hijos reclamaba su derecho a poseer la maravillosa cola de vaca.

Al rato, no sólo los hijos, sino también toda la gente de la aldea estaba hablando. Algunos decían que el hijo que había inyectado la sangre en las venas de Ogaulossa debía quedarse con el premio. Otros pensaban que todos los hijos tenían el mismo derecho, pues habían hecho cosas importantes, y que por lo tanto debían compartirla. Y discutieron, discutieron y discutieron hasta que Ogaulossa impuso silencio.

“Le daré la cola de vaca a este hijo, pues casi todo se lo debo a él”, dijo Ogaulossa. Dio unos pasos, se inclinó y se la entregó a Puli, el pequeño que había nacido mientras él estaba en la selva.

La gente recordó cuáles habían sido las primeras palabras del niño: “¿Dónde está mi padre?”, y comprendieron que Ogaulossa tenía razón.

De ahí que circule un proverbio entre ellos según el cual un hombre no está realmente muerto hasta que todos se han olvidado de él. (Lipkin 2001. Aprender a educar con cuentos).

2. RETRATO DE LA FAMILIA

Edad: niños de 5-6 años (P5)

Material:

- Hojas de papel.
- Lápices
- Gomas
- Sacapuntas
- Colores de madera
- Plastidecors.

Duración: una hora.

Objetivos (de la maestra o maestro):

- Detectar el miedo a la muerte en alguno de los infantes.

Objetivos:

- Desarrollar las técnicas del dibujo.
- Expresar los sentimientos de lo que representa su familia y su casa.

Pediremos que hagan un dibujo, un retrato, de la familia, de los que viven en su misma casa, y dibujarla también. Luego, la maestra o el maestro analizará los dibujos para comprobar la existencia de un posible miedo a la muerte o a la enfermedad.

La causa del miedo puede ser debido a que en casa hay alguna persona que esté enferma o haya algún disminuido físico, aunque también puede ser debido a que la madre siempre esté indispuesta.

La edad de aparición de estos miedos son, por lo general, durante el primer periodo escolar.

No hay ninguna tipología característica. Aunque sí que hay un tipo de comportamiento en este tipo de niños. El niño tendrá una madre frágil con la que se identificará y, además, él también se siente así, frágil.

Si no se pone algún tipo de solución a estos miedos, puede evolucionar y transformarse en una auténtica hipocondría.

¿Qué signos podemos encontrar en el dibujo que nos muestre este miedo? El retrato no estará coloreado. Además, las puertas y ventanas de la casa dibujada estarán cerradas.

2



² Ejemplo de dibujo con miedo a la enfermedad o a la muerte. Del Libro: Crotti, Evi y Magni, Alberto. (2005). *Los miedos de los niños. Cómo descubrirlos a través de sus dibujos y cómo ayudarles a superarlos*. Barcelona: Oniro.

3. CUENTO: EL PATO Y LA MUERTE



Edad de los niños: 5-6 años.

Material: el cuento en papel o el cuento en la página de youtube, donde se encuentra colgado con sus imágenes.

Duración: media hora aproximadamente.

Objetivos:

- Familiarizarse con el concepto de muerte.
- Entender que la muerte forma parte de la vida.

Sinopsis:

“Siempre llega un momento en que el niño se pregunta sobre la muerte. Ingenuamente, con toda la naturalidad del mundo. Los padres lo saben, pero pocas veces tienen preparada una respuesta simple y convincente. El personaje de la muerte en este libro de Erlbruch es una acompañante silenciosa y leve como una pluma, siempre presente aunque no la percibamos: Desde hacía tiempo, el pato notaba algo extraño. -¿Quién eres? ¿Por qué me sigues tan de cerca y sin hacer ruido? La muerte le contestó: -Me alegro de que por fin me hayas visto. Soy la muerte. El pato se asustó. Quién no lo habría hecho. -¿Ya vienes a buscarme? -He estado cerca de ti desde el día en que naciste... por si acaso. -¿Por si acaso? -preguntó el pato. -Sí, por si te pasaba algo. Un resfriado serio, un accidente... inunca se sabe! - Sí, nunca se sabe... pero si de algo podemos estar seguros es que Wolf Erlbruch responde con sencillez las grandes preguntas con la poesía de sus ilustraciones y de sus historias. Para niños y adultos.” (<http://barbara-fiore.com/index.php/libros-archivos/el-pato-y-la-muerte-2e/> , párr. 1)

Imágenes del cuento:



CUENTO: 3

Desde hacía tiempo, el pato notaba algo extraño.

- ¿Quién eres? ¿Por qué me sigues tan de cerca y sin hacer ruido?

La muerte le contestó:

- Me alegro que por fin me hayas visto.

Soy la muerte.

El pato se asustó.

Quién no lo habría hecho.

- ¿Ya vienes a buscarme?

- He estado cerca de ti desde el día en que naciste... por si acaso.

- ¿Por si acaso?- preguntó el pato.

- Sí, por si te pasa algo. Un resfriado serio, un accidente... inunca se sabe!

- ¿Ahora te encargas de eso?

- De los accidentes se encarga la vida; de los resfriados y del resto de las cosas que os pueden pasar a los patos de vez en cuando, también. Sólo diré una cosa: el zorro.

El pato no quería ni imaginárselo.

Se le ponía la carne de gallina.

La muerte le sonrió con dulzura.

Si no se tenía en cuenta quién era, hasta resultaba simpática; incluso más que simpática.

- ¿Te apetece ir al estanque?- preguntó el pato.

La muerte ya se lo había temido...

Después de un rato, la muerte tuvo que admitir que su pasión por zambullirse tenía límites:

- Perdóname, por favor- dijo-. Necesito salir de este lugar tan húmedo.

- ¿Tienes frío?- preguntó el pato- ¿Quieres que te caliente?

Nunca nadie se había ofrecido a hacer algo así por ella.

A la mañana siguiente, muy temprano, el pato fue el primero en despertarse.

- “¡No me he muerto!”, pensó.

Le dio a la muerte un golpecito en el costado:

- ¡No me he muerto! – graznó henchido de felicidad.

La muerte levantó la cabeza:

- Me alegro por ti- dijo desperezándose.

- ¿Y si me hubiera muerto...?

- Entonces no habría podido descansar tan bien – contestó la muerte bostezando.

³ Ver vídeo en <https://www.youtube.com/watch?v=CNIFzwODYmc>

“Esa respuesta no ha sido nada simpática”, pensó el pato.

A pesar de que el pato se había propuesto, a partir de ese momento, no volver a decir nada más, no aguantó mucho tiempo callado:

- Algunos patos dicen que te conviertes en ángel. Te sientas en una nube y desde ahí puedes mirar la tierra.

- Es posible- la muerte se incorporó-, pero de todas maneras tú ya tienes alas.

- Algunos patos también dicen que en las profundidades de la tierra hay un infierno en el que te asan si no fuiste un pato bueno.

- Es asombroso todo lo que se cuenta entre los patos, pero quien sabe...

- ¿Entonces tú tampoco lo sabes?- graznó el pato.

La muerte sólo lo miró.

- ¿Qué hacemos hoy?- preguntó de buen humor

- Hoy no iremos al estanque- exclamó el pato- ¿Qué te parece si hacemos algo verdaderamente emocionante?

La muerte se sintió aliviada.

- ¿Subirnos a un árbol?- preguntó burlescamente.

El estanque se veía muy, muy abajo.

Ahí estaba, tan silencioso...y solitario.

“Así que eso es lo que pasará cuando muera”, pensó el pato.

“El estanque quedará... desierto. Sin mí.”

A veces, la muerte podía leer los pensamientos.

- Cuando estés muerto el estanque también desaparecerá; al menos para ti.

- ¿Estás segura? – preguntó el pato desconcertado.

- Tan segura como seguros estamos de lo que sabemos- dijo la muerte.

- Me consuela, así no podré echarlo de menos cuando...

- ...hayas muerto- terminó la muerte

“Le resultaba tan fácil hablar sobre la muerte”, pensó el pato.

- ¿Por qué no bajamos?- le pidió el pato un poco después-

- Subido en los árboles se piensan cosas muy extrañas.

Durante las siguientes semanas, fueron cada vez menos al estanque.

Se quedaban sentados en cualquier lugar que tuviera hierba y casi no hablaban.

Hasta que un día, una ráfaga de aire fresco despeinó las plumas del pato y éste sintió frío por primera vez.

- Tengo frío- dijo una noche- ¿Te importaría calentarme un poco?

- La nieve caía. Los copos eran tan finos que se quedaban suspendidos en el aire.

ESPELT SALAZAR, AÏDA

- Algo había ocurrido. La muerte miró al pato.

Había dejado de respirar. Se había quedado muy quieto.

Lo acarició para colocar un par de plumas ligeramente alborotadas, lo cogió en brazos y se lo llevó al gran río.

Allí, lo acostó con mucho cuidado sobre el agua y le dio un suave empujoncito

Se quedó mucho tiempo mirando cómo se alejaba.

Cuando le perdió de vista, la muerte se sintió incluso un poco triste.

Pero así era la vida....⁴

⁴ Ver referencias sobre el tema en (<http://rubieljaimecastellano.blogspot.com.es/2011/06/el-pato-y-la-muerte.html>)

4. CUENTO: CUANDO LA MUERTE VINO A NUESTRA CASA



Edad de los niños: a partir de tres años.

Material: cuento en papel o vídeo del youtube.

Duración: unos 30 minutos.

Objetivos:

- Aprender que la muerte es una parte de la vida.
- Dar expresión al duelo: la conciencia, la comprensión, la aceptación, la expresión, la integración.

Hay sucesos de la vida y sentimientos que no es realmente difícil exponer a los niños. Este cuento nos ayuda a hablar de la muerte con ellos. Trata sobre el fallecimiento de alguien pero desde un punto de vista sencillo, desde los ojos de la inocencia, pero también incita a la reflexión y a hacerse preguntas sobre la muerte.

Sinopsis:⁵

El protagonista de este relato es la muerte, no solo como tema sino como personaje. Una muerte quejosa, algo torpe e incluso ingenua, sobre la que vuela una nube negra, que llega a un pueblo donde nadie hasta ahora la conocía: “Entonces no había una última hora. Solamente existía la primera, la segunda la tercera, la milésima... Siempre una más”. Y con la Muerte, inevitablemente, llega también la tristeza de un ser querido que se va, y el desconcierto de un pueblo que se enfrenta por primera vez a la incertidumbre de no saber dónde está la vida del que no se mueve ni se despierta.

Lo que sigue es el llanto, el duelo, y luego el consuelo. Y la vida, sin ese ser querido, sigue también. Porque así es como funciona, y porque la Muerte seguirá llegando de visita al pueblo, y su torpeza volverá a causar otra desgracia, y tendrán que volver construir “una pequeña caja que se llamaba ataúd”.

La ilustración de Rotraut Susanne Berner, al igual que ocurre con el texto, es inteligente y lúcida. Esconde muchos pensamientos, sentimientos y reflexiones dentro de su sencillez. Está llena de símbolos, y de subtramas que el texto no cita. Y también plantea muchas preguntas al lector, que busca significados en esos pequeños detalles, y al hacerlo se ve obligado a reflexionar sobre lo que ambos, autora e ilustrador, le están contando. (http://revistababar.com/wp/cuando-la-muerte-vino-a-nuestra-casa/)

Imagen del cuento:



⁵ Ver vídeo en: <https://www.youtube.com/watch?v=vMBwUB-Zdz4>

Cuento:

Hace ya tiempo la muerte no existía. En realidad nadie había oído hablar de la muerte. Nadie conocía a ninguna persona que se llamara “Muerte”. Y tampoco se sabía el significado de esta palabra. ¿Muerte? ¿Qué es muerte?. Y las horas nunca terminaban. Siempre había una hora más, dos, tres, cuatro, cinco horas más, mil horas más... Nunca acababa el tiempo. Además, las cosas que crecían seguían siendo bonitas, y seguían creciendo, y nunca morían. Las cazuelas, los vestidos, los zapatos, nunca se rompían. La verdad es que cuando uno se iba de casa, nadie le decía “¡Buenos días!” porque todos los días eran buenos.

Pero un día cuando estábamos todos por ahí, en la calle, como todos los días, viendo como crecían los árboles, las flores, que nunca se marchitaban, los perros, los peces, que nunca morían, y los caracoles que se estaban haciendo ya muy grandotes de tantos años de vida, apareció por ahí un señor que nadie conocíamos. Y era muy extraño, porque venía caminando con un paso lento, apoyado en un paraguas, y se le veía muy agotado, y tenía los pies polvorientos. Venía tan agotado que no vio a ese caracol, que ya os he comentado que era muy grandote de tanto tiempo viviendo. Pues venía caminando, caminando y cuando llegó al caracol.... ¡¡Cataplum!! Se cayó y a nosotros nos entró una risa, que no parábamos de reírnos. Es que nunca habíamos visto a nadie que se tropezara. Así que no sabíamos lo que era eso, y aquel señor se sentó y empezó a hacer unas cosas muy raras, ¡pero muy raras! Que nosotros no habíamos visto nunca. La verdad es que lo que estaba haciendo era poner caras de dolor, pero como nosotros no sabíamos lo que era eso, cuando de repente vimos que empezaba a poner caras y a torcerla, y a poner los ojos achinados de dolor, a nosotros nos entró la risa, porque era muy divertido. Pero claro, el pie lo tenía rojo, rojo, rojo. Y además le estaba empezando a salir sangre. Pero a nosotros nos estaba entrando la risa; ¡ja, ja, ja! ¡Porque esas caras eran muy divertidas!

Pero él empezó a decir:

- ¡Esto no tiene nada risa!

Nosotros nos quedamos mirándole y pensando “¡vaya!”. Y entonces se presentó:

- Soy, ¡la muerte!

Y la verdad es que nos hizo tanta risa que algunos empezaron a ensayar. Se pusieron a hacer como tropezaban, y se empezaban a caer de espaldas, y también se caían por delante, y también se caían de lado, y se daban con la nariz en el suelo, y con las rodillas en el suelo, y les empezó a salir sangre. Y la verdad es que muy divertido no era. Pero tampoco sabíamos para qué servía eso de tropezarse. Y la muerte empezó a quejarse. Le dolía tanto,

tanto, que se sentí en la puerta de nuestra casa. Cuando se hizo de noche mi mamá le dijo que se podía quedar en casa a pasar la noche. Y no teníamos cama, pero la muerte dijo:

- Bueno no importa, porque yo me puedo quedar a dormir ahí, en el establo.

Y allí se quedó. Durmiendo. Bueno, más bien tumbado sobre el heno. Y se aburría tanto y le dolía tanto el pie que se puso a fumar, y nosotros nos acostamos. Y aquella noche, después de fumar mucho, ocurrió una cosa que no habíamos visto nunca. Se incendió nuestra casa. Un olor a quemado... Y mi padre dijo:

- ¡Todo el mundo en pie!

Y nos levantamos, echamos a correr y salimos fuera. Y la casa se nos quemó toda todita. Y a la mañana siguiente solamente había cenizas. Bueno, y algunas vigas muy chamuscadas, a punto de caerse. Pero lo peor de todo es que mi hermano estaba tumbado y no se movía. Y le movimos hacia un lado y mi hermano seguía sin moverse. Y la muerte empezó:

- ¡Ay, ya lo he vuelto a hacer! Si es que todo lo que toco se estropea. Si fumo, se quema. Si cojo un vaso, se rompe. Si piso algo, se muere.

Y fue ahí cuando empezamos a descubrir qué era eso de morirse. Y la muerte dijo:

- Lo siento de verdad, ¡lo siento! Es que estas cosas siempre me ocurren a mí. Tengo muy mala suerte.

Y la muerte cogió a mi hermano y le empezó a limpiar la cara, que tenía manchada de cenizas, con un pañuelo. Empezó a escupir, le pasó el pañuelo por la cara, y empezó a llorar a llorar.

- Lo siento mucho hijo, lo siento.- Dijo la muerte.

Y se empezó a empañar mi hermano con las lágrimas de la muerte.

La muerte, entonces, hizo una caja que lo llamó ataúd. Y lo empezó a clavar con los clavos. Y en una de esas... pum! ¡Uy! Se pegó un golpe con el martillo en uno de los dedos.

- ¿Veis de lo que hablo? ¿Veis? Es que todo lo que toco es una desgracia. Si doy con el martillo, me hago daño.

Nosotros la verdad es que estábamos muy tristes por la pérdida de mi hermano, pero la verdad es que la muerte nos daba mucha pena.

Y enterramos a mi hermano. Y todos estábamos llorando, incluida la muerte, también.

Y al día siguiente, nos despedimos de la muerte, que se fue con el paraguas con el que había venido y con sus pies cansados y polvorientos, y nosotros nos quedamos ahí haciendo la casa de nuevo.

Y desde entonces, aprendimos que la muerte nos trae desgracias, también consuelo, pero sobretodo ahora todas las mañanas cuando alguien sale de casa le decimos “¡Buenos días!”,

ESPELT SALAZAR, AÍDA

y cuando alguien estornuda le decimos, “¡Salud!, y también todos, todos los días pensamos que tiene que ser un día feliz.

Y colorín, colorado, este cuento se ha acabado.

5. PREGUNTAS Y RESPUESTAS

Edad de los niños: a partir de 4 años.

Material: tantas sillas como niños haya y las preguntas preparadas por la maestra o el maestro.

Cantidad de niños: a partir de seis niños.

Duración: unos 30 minutos.

Objetivo:

- Saber los conocimientos previos sobre la muerte en los niños. (Objetivo de la maestra).
- Familiarizarse en el tema de la muerte. (Objetivo de los niños).

El objetivo de la siguiente actividad es orientarnos sobre el nivel de conocimiento que los niños tienen sobre el tema de la muerte y la despedida.

La actividad consiste en colocar a los niños en forma de Rondó. Los niños se colocarán por parejas uno enfrente del otro. Es decir, se formarán dos círculos de niños y se pondrán por parejas uno enfrente del otro.

El maestro o la maestra formulará una pregunta. Los niños responderán por turnos. Primero los del círculo de dentro (hacia su pareja), y luego los del círculo de fuera. Una vez los dos miembros de cada pareja hayan contestado a la pregunta, según su manera de ver las cosas y la vida, se cambiarán de parejas. Lo harán de la siguiente manera: los niños del círculo de fuera, se desplazarán un sitio hacia su derecha.

La actividad irá transcurriendo de la misma manera hasta que la maestra haya formulado todas las preguntas. Y se irán cambiando de lugar después de cada una.

Si durante la actividad hay algún niño o niña que quiera formular una pregunta al resto de sus compañeros y/o compañeras también podrá realizarla.

Hay que hacer entender a los niños y niñas que todas y cada una de las respuestas son correctas. Que nadie tiene la verdad o la razón absoluta.

Cada respuesta dependerá de lo que ha vivido cada niño y niña. Variará según las experiencias previas y las explicaciones que hayan podido recibir de otras personas adultas en otros momentos.

Algunas preguntas posibles, según Baum, Heike (2010) son:

- *De noche, en la cama, tienes miedo de que aparezca un fantasma y te haga daño? ¿qué haces para evitarlo?*
- *Cuando sientes miedo, ¿tienes algún muñeco que te protege?*
- *¿Te has sentido triste cuando alguien marchó de viaje?*
- *¿Dónde mueren las personas?*
- *¿Has visto alguna vez alguna persona muerta o animal muerto?*
- *¿Has visitado alguna vez el cementerio?*
- *¿Has sentido añoranza alguna vez?*
- *¿qué ocurre cuando muere alguien?*

6. LAS CUATRO ESQUINITAS

Edad de los niños: 3 años o más.

Material: 4 dibujos de las esquinas.

Lugar: habitación amplia para moverse.

Tiempo: unos 15 minutos.

Cantidad de niños: a partir de 8 niños y niñas.

Objetivo:

- Expresar los sentimientos de cada individuo con total libertad. (Objetivo de los niños).
- Saber la opinión de los niños. (Objetivo del maestro).

En la habitación, se colocarán cuatro dibujos. Estos serán los siguientes: en una esquina un dibujo de un puño con el pulgar hacia arriba (significa: sí, de acuerdo); en la esquina opuesta un dibujo con el puño con el pulgar hacia abajo (no, falso). Y en las otras dos esquinas, también opuestas, un dibujo con una cara alegre y otra con la cara triste.

Hay que dejar bien claro el significado de cada uno de los dibujos y saber a ciencia cierta que todos los niños entienden su significado.

La maestra o el maestro irá formulando preguntas y los niños espontáneamente se desplazarán hacia el rincón del aula donde se sientan identificados según la respuesta que darían.

Algunas de las preguntas que la maestra o el maestro pueden formular, según Baum, Heike (2010). son las siguientes:

- *¿Qué os parecen la visita del abuelo en casa?*
- *¿Cómo os sentís cuando el abuelo se despide?*
- *¿Creéis que hay sensaciones, sentimientos, buenas y malas?*
- *¿Duele morir?*
- *¿Creéis que los niños y las niñas pueden llorar lo mismo?*

7. ¿TRISTE ANTE LAS DESPEDIDAS?

Edad: 3 años o más.

Material: todo el material posible: láminas, colores de diferentes tipos, plastilina, pintura, pinceles... (material para manualidades).

Cantidad de niños: a partir de 3 niños y niñas.

Duración: una hora aproximadamente.

Objetivo:

- Adaptarse al ambiente en el cual el difunto ya no está presente.

La actividad que viene a continuación servirá para recordar qué los hace sentir tristes y cómo vuelven a estar contentos. Qué es lo que hicieron, qué es lo que les consoló en esos momentos

La maestra o el maestro pondrá a disposición de los niños muchos materiales para que puedan expresar libremente sus sentimientos y pensamientos.

Se les pedirá que recuerden un momento en el que se sintieron realmente tristes. Cuando perdieron un muñeco y no lo encontraron, cuando papá o mamá se fue de viaje por unos días, etc.

Cuando cada niño ya tenga claro cuál es el recuerdo que le hizo poner triste, elegirá los materiales que más le convengan para plasmarlo en un papel o para modelarlo en el caso que prefiera plastilina, por ejemplo.

Una vez terminadas sus obras se reunirán los niños y contemplarán sus obras. Se les ofrecerá que expliquen qué es lo que han querido expresar y qué es lo que les hizo sentir mejor.

El objetivo de la actividad no es que hagan mejor o peor sus obras de arte, sino que ellos mismos se reconozcan emocionalmente en lo que están haciendo.

8. TIC-TAC TIC-TAC

Edad: a partir de los tres años.

Material: cartón, tijeras, ceras de colores, encuadernadores, palo para la manecilla.

Duración: unos 30 minutos.

Cantidad de niños: a partir de un niño.

Objetivo:

- Reflexionar sobre sus sentimientos.

Vamos a realizar un reloj. El reloj de los sentimientos. Éste será un reloj individual que cada niño tendrá. Cada niño y niña tendrá el suyo.

Lo realizaremos con un trozo de cartón, el cual la maestra ayudará, dependiendo de la edad, a recortar en forma redonda. La manecilla del reloj se fijará en el centro con un encuadernador. Ésta marcará el sentimiento que elija el niño o niña. Es decir, en vez de cifras cada niño dibujará caras: una alegre, una triste, una enfadada, una indiferente y una furiosa.

Cuando han acabado lo dicho anteriormente y hayan decorado el reloj como cada niño o niña haya querido, el maestro o la maestra procederá a explicar en qué consiste y como harán funcionar el reloj.

Les explicará que cuando lleguen por la mañana al colegio, tendrán que pensar cómo se sienten y mover la manecilla hacia la cara que describa mejor sus emociones.

El maestro o la maestra preguntará a cada niño por qué ha señalado esa cara en concreto. El niño deberá intentar explicar (cada edad con su vocabulario) cómo se siente y por qué.

Si hay algún niño o la niña que haya sufrido alguna pérdida reciente, el maestro o la maestra, deberá intentar averiguar sus sentimientos.

Si algún niño o niña algún día no quiere contar nada, el maestro o la maestra deberá respetar su silencio.

Si el niño que había venido enfadado, por ejemplo, explica lo que le ha pasado y se siente mejor, más feliz, puede cambiar su manecilla hacia la cara que en ese momento se encuentra. Ya que sus sentimientos han evolucionado a mejor.

La operación se puede repetir diferentes momentos del día, no solamente por la mañana.

9. QUÉ HERMOSO FUE, RECORDÉMOSLO

Edad de los niños: a partir de 3 años.

Material: ninguno.

Duración: una hora aproximadamente.

Lugar: cualquiera donde no se les interrumpa y se sientan cómodos.

Cantidad de niños: a partir de uno.

Objetivo:

- Aceptar la realidad de la pérdida.
- Expresar de manera clara lo que quieren decir.

la pérdida, o muerte, de un ser querido o de una mascota es doloroso, y su recuerdo también. A pesar de eso, el recordar cosas bonitas y cosas que dicha persona o animal sabía hacer bien, o que hacía con los niños, es algo gratificante y sirve de conmemoración hacia esa persona o animal.

La maestra o el maestro se sentará junto a los niños y les ofrecerá hablar de las personas a las que querían y que ya no están con ellos. Los niños explicarán aquellas cosas que recuerdan de ellos, como por ejemplo qué les ponía alegres, o qué sabían hacer bien, o a qué jugaban con ellos, cuál era su nombre, etc.

Los niños que hayan sufrido alguna pérdida de este tipo podrán ir hablando sobre este echo, pero los niños que aún no han sufrido ninguna deberán escuchar a sus compañeros y compañeras. Eso les servirá de ayuda en el momento en el que sufran alguna muerte, o pérdida, a su alrededor.

Si algún niño o niña no quiere hablar en público no se le obligará en ningún momento. Cada individuo tiene su proceso de duelo y de aceptación. Se le dirá que no es un deber para él o ella, que no se sienta forzado para hablar. Quizá necesita hablar en privado con la maestra o el maestro, y éste debe proporcionárselo. El hablar de alguien a quien queríamos y nos ha dejado es un ofrecimiento, no una obligación. ⁶

⁶ Actividad sacada de: Baum, Heike (2010). *¿Está la abuelita en el cielo? Cómo tratar la ausencia y la tristeza con los niños* (p. 39).Madrid: Oniro.

10. DESPEDIDA

Edad de los niños: a partir de 3 años.

Material: corchos de botella, cortezas de pino, cúter, pinturas, palitos, trozos de tela, pegamento, velas, globo, papel, helio.

Cantidad de niños: a partir de 1.

Duración: una hora aproximadamente.

Lugar: cerca de la orilla del agua o un sitio espacioso al aire libre.

Objetivo:

- Aceptar la realidad de la pérdida.
- Superar el duelo.

La actividad consistirá en realizar barquitos con el material que proporcione la maestra o el maestro. Éste se ocupará del trabajo más mañoso (cortar con el cúter, por ejemplo).

Cada niño y niña montará su barquito a su gusto. Al final, colocarán las velas encima de la barca y las encenderán. Pondrán los barquitos en la orilla del agua y los dejarán marchar con la corriente.

Este símbolo significará algo distinto para cada niño o niña. Para algunos será la despedida con una persona muy querida para ellos. Para otros, será la manera de despedirse de su mascota. Para otros será el símbolo de alguna preocupación, de algún juguete que un día se rompió y tuvo que tirarlo a la basura porque no se podía arreglar, etc.

Una variante de esta actividad es la de, en vez de construir barquitos personalizados de cada niño y niña, se harán dibujos para mandarlos al cielo con globos. Es decir, cada niño hará un dibujo sobre lo que quiera despedirse. Una vez terminado, la maestra o el maestro lo enrollarán de tal manera que se pueda meter en un globo, el cual será hinchado de helio para que, cuando lo sueltan, salga volando hacia el cielo.

Si no consiguieran meter el dibujo dentro del globo, lo que se hará es atar el globo en una cinta bonita y el dibujo enrollado, como si fuera un pergamino, atado a la cinta del globo. De esta manera, cuando se suelte la cinta, ésta saldrá volando junto al globo y el dibujo.

Es una manera de poder despedirse de aquel ser querido de una manera simbólica.

11. MI COFRE SECRETO

Edad de los niños: a partir de 3 años.

Material: caja de zapatos, material para decorarla.

Duración: 30 minutos aproximadamente.

Lugar: cualquier lugar tranquilo.

Objetivo:

- Relacionar situaciones con objetos.
- Invertir la energía emotiva en otras relaciones
- Superar el duelo.

La actividad consiste en que cada niño debe disponer de una caja de zapatos. La decorarán como a cada niño y niña le guste más. La caja de zapatos se va a convertir en su cofre de los secretos.

Una vez terminada la decoración de la caja, cada niño y niña, se la llevarán a casa.

En ella guardarán imágenes u objetos que le recuerden cosas felices que les han pasado, por ejemplo. Además, guardarán también algún objeto o imagen que lo relacionen con alguien a quien querían y que ha fallecido (ya sea persona o animal).

De esta manera, los niños podrán tener la caja en casa y abrirla siempre que les apetezca. Cada día que pase, los sentimientos hacia las cosas tristes y dolorosas irán cambiando hasta que se produzca el proceso de asimilación.

El objetivo es crear un cofre con diferentes tipos de sentimientos, y que ellos mismos se hagan conscientes de ellos.

Es muy importante que nadie abra la caja sin el permiso del niño o la niña.⁷

⁷ Actividad extraída de: Baum, Heike (2010). *¿Está la abuelita en el cielo? Cómo tratar la ausencia y la tristeza con los niños* (p.46).Madrid: Oniro.

4. CONCLUSIONES

El duelo por muerte es un tema muy importante y es cada vez más estudiado, pero los recursos aún son muy escasos y los necesitamos en nuestro día a día.

Existen diferencias entre el duelo llevado a cabo por los adultos y el que siguen los niños, pero ellos también pasan por ese proceso y hay que ayudarlos, comprenderlos y apoyarlos en todo lo necesario.

Hoy en día la muerte se ha convertido para los adultos en un tema tabú, pero en el mundo de los niños no debe ser así, así que hay que ir rompiendo las barreras poco a poco para superar este tabú y hablar con los niños de las verdades de la vida, con el debido vocabulario. Sin mentir.

La unidad familiar es especialmente importante en momentos de duelo. Hay que incluir a los niños en estos procesos y respetar cada uno de los sentimientos que vayan surgiendo, a pesar de que es una tarea larga y difícil.

LIMITACIONES Y PROSPECTIVA

LIMITACIONES

A lo largo del trabajo ha habido varias limitaciones. Primero el factor tiempo. Son muchos los recursos que he ido encontrando en la búsqueda bibliográfica, pero muy amplios y algunos de ellos poco específicos. Si dispusiera de más tiempo el trabajo estaría aún más profundizado en tipos de duelo, en más actividades para realizar en las aulas, o bien los padres en sus casas, etc. Otra limitación con la que me encontré es que no pude realizar ninguna entrevista con la familia del caso que he expuesto en la introducción ya que el fallecimiento del hijo mayor es aún muy reciente y la familia no está aún muy predispuesta a hablar del tema abiertamente. Me habría gustado exponer el caso con documentación actual del caso e irlo comparando con las fases del duelo tanto de los padres como de los hijos menores.

PROSPECTIVA

Son varias las líneas que quedan abiertas para seguir profundizando en ellas y que se relacionan con las limitaciones previamente señaladas. Por un lado sería interesante disponer del caso real de la familia desde un punto de vista más personal, y de esta manera poder ayudarlos en el proceso de duelo, de darles algunas indicaciones o sugerencias que pudieran luego usar para su trabajo personal y familiar del duelo.

Por otro lado, las actividades pensadas y explicadas en la propuesta didáctica pueden ser de gran ayuda y utilidad en las aulas de cualquier colegio donde hubiera algún caso de duelo por fallecimiento de algún familiar de los niños, o bien por el fallecimiento de alguna mascota, como ya he ido comentando a lo largo del trabajo.

Además de poder utilizar las actividades expuestas en el momento que surgiera algún caso, también se pueden usar como método preventivo en el caso que alguna vez tuvieran que pasar por este proceso de duelo. Familiarizar a los niños con el concepto de duelo y ayudarles a tener recursos, que al fin y al cabo estamos educando personas que sepan tener recursos ante la vida.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Lipkin, Lisa (2001). *Aprender a educar con cuentos*. Barcelona: Paidós.
- Baum, Heike (2010). *¿Está la abuelita en el cielo? Cómo tratar la ausencia y la tristeza con los niños*. Madrid: Oniro.
- E. Caballo, Vicente y Ángel Simón, Miguel (2001-2002). *Manual de psicología clínica infantil y del adolescente. Trastornos generales*. Madrid: Pirámide.
- Crotti, Evi y Magni, Alberto. (2005). *Los miedos de los niños. Cómo descubrirlos a través de sus dibujos y cómo ayudarles a superarlos*. Barcelona: Oniro.
- Fiore, Barbara. (2004/2012). *BFE. Barbara Fiore Editora*. Recuperado el 28 de enero de 2015 de <http://barbara-fiore.com/index.php/libros-archivos/el-pato-y-la-muerte-2e/>
- Rubiel, Jaime. (2011). *Bienvenido al mundo lectura y la escritura*. Recuperado el 28 de enero de 2015 de <http://rubieljaimecastellano.blogspot.com.es/2011/06/el-pato-y-la-muerte.html>
- Taberner, Rosa. (2013). *Literatura Infantil y Educación Literaria*. Recuperado el 26 de enero de <http://literaturainfantileduliteraria12.blogspot.com.es/2013/10/cuando-la-muerte-vino-nuestra-casa-jurg.html>
- (2013). *Revistababar.com*. Recuperado el 28 de enero de 2015 de <http://revistababar.com/wp/cuando-la-muerte-vino-a-nuestra-casa/>
- Ordóñez Gallego, Amalio y Lacasta Reverte, M^a Antonia. *Duelo en los niños (pérdida del padre/madre)*. Recuperado el 12 de octubre de 2014 de <http://www.seom.org/seomcms/images/stories/recursos/sociosyprofs/documentacion/manuales/duelo/duelo11.pdf>
- Real Academia Española. *Diccionario Real Academia Española*. Recuperado el 15 octubre de 2014 de <http://www.rae.es/recursos/diccionarios/drae>
- Apraiz Sagarna, Iratxe (2005/2006). *El duelo. Cómo ayudar a los niños/as a afrontarlo*. Recuperado el 18 de noviembre de 2014 de <http://www.avntf-evntf.com/imagenes/biblioteca/apraiz,%20i.%20tbo.%203%C2%BA%20bi%2005-06.pdf>
- Pérez, Magdalena (2010). *Entrevista a Magdalena Pérez, Psicóloga, especialista en duelo*. Recuperado el 08 de enero de 2015 de <http://amigostex.blogspot.com.es/2010/02/entrevista-con-magdalena.html>

- Pérez, Magdalena (2010). *Duelo. Proceso individual, proceso familiar, proceso social*. Recuperado el 09 de enero de 2015 de <http://www.caritasvitoria.org/datos/documentos/Material%20Duelo-magdalena.pdf>
- Instituto Nacional del cáncer (2014). *Aflicción, duelo y manejo de la pérdida*. Recuperado el 28 de noviembre de 2014 de http://www.cancer.gov/espanol/pdq/cuidados-medicos-apoyo/duelo/HealthProfessional/page6#_308_toc
- A. de la Herrán, S. Bravo, M.J. Navarro, I. González, M.V. Freire. (2003). Aula de Infantil. [Versión electrónica]. Revista Aula de Infantil 12. *La educación para la muerte. Selección de propuestas*. Recuperado el 9 de diciembre de 2014 de <file:///C:/Documents%20and%20Settings/Aida%20Espel/Escritorio/TFG/Publicaciones%20Editorial%20Gra%C3%B3.%20Libros%20y%20revistas%20de%20pedagog%C3%ADa..html>