



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin De Grado

Primeros pasos hacia el Duelo:
Unidad Didáctica para Educación Infantil

Autor/es

Ana Pajares Aznar

Director/es

Manuel Alcaraz Iborra

Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Campus de Huesca.

2024

ÍNDICE:

1. Introducción.....	5
2. Marco teórico.....	7
2.1. Concepto, percepción y comprensión de la muerte en la mente infantil.....	7
2.1.1. La muerte en las diferentes culturas.....	9
2.1.2. Cómo vivimos la muerte en nuestra sociedad.....	10
2.2. ¿Qué es el duelo?.....	13
2.2.1. Fases del duelo.....	14
2.2.2. Manifestaciones del duelo en la infancia.....	17
2.2.3. Duelo complicado.....	18
2.3. La muerte y la importancia de trabajarlo en el aula.....	22
2.3.1. Señales de alerta y predictores de riesgo.....	24
2.3.2. Educación emocional y pensamiento visible.....	27
3. Justificación.....	31
4. Contexto.....	31
4.1. Características del entorno.....	31
4.2. Características del alumnado.....	33
4.3. Temporalización.....	33
5. Objetivos.....	34
6. Metodología.....	35
6.1. Desarrollo de las sesiones.....	35
7. Evaluación.....	47
8. Discusión.....	49
9. Conclusiones.....	50
10. Referencias bibliográficas.....	52

Primeros Pasos hacia el Duelo: Unidad Didáctica para Educación Infantil

First Steps Towards Grief: Teaching Unit for Early Childhood Education

- Elaborado por Ana Pajares Aznar
- Dirigido por Manuel Alcaraz Iborra
- Presentado para su defensa en la convocatoria de junio del año 2024
- Número de palabras: 15153

Resumen

La muerte es un proceso inevitable y común en nuestras vidas, ya sea en situaciones reales, en las noticias, en las películas o en los videojuegos. Además, la muerte y el duelo parecen ser tabú en nuestra sociedad y tenemos miedo de hablar de ellos, especialmente cuando hablamos con nuestros hijos o hijas.

Este problema tiene un impacto directo en el entorno educativo, con un número cada vez mayor de estudiantes que experimentan pérdidas importantes como divorcios, pérdida de propiedad y la muerte de una mascota o un ser querido. Estos niños y niñas necesitan ayuda para superar el proceso de duelo.

Esto crea la necesidad de abordar el duelo y la muerte en una etapa temprana de la educación. Es importante que los docentes reciban la capacitación, las herramientas y el apoyo que necesitan para abordar adecuadamente este concepto dentro de sus aulas.

Palabras clave

Duelo, muerte, educación, emociones, sociedad, niños

Abstract

Death is an inevitable and common process in our lives, whether in real situations, in the news, in movies, or in video games. Also, death and bereavement seem to be taboo in our society and we are afraid to talk about them, especially when we talk to our sons or daughters.

This issue has a direct impact on the educational environment, with an increasing number of students experiencing major losses such as divorce, loss of property, and the death of a pet or loved one.

These children need help to overcome the grieving process. This creates the need to address grief and death at an early stage of education. It is important that teachers receive the training, tools, and support they need to properly address this concept within their classrooms.

Keywords

Grief, death, education, emotions, society, children

1. INTRODUCCIÓN

La pérdida y el duelo son experiencias inevitables en la vida humana, siendo los niños y niñas partícipes de ello. Es muy importante comprender y gestionar las circunstancias que pueden desencadenar un proceso de duelo que evite un desarrollo emocional y psicológico acorde a su edad.

Los niños y niñas pueden experimentar pérdidas muy significativas, como la muerte de un ser querido, la separación de sus padres o la pérdida de una mascota, haciendo que puedan tener un gran impacto en su bienestar emocional.

El duelo infantil es un tema que se está trabajando cada vez más dentro de las aulas. El entorno escolar desempeña un papel fundamental en la vida de los niños y las niñas debido al gran número de horas que están ahí. Es crucial entender como educadores que el proceso del duelo no va a ser igual que el de los adultos, fomentando la comprensión y la expresión del duelo.

Además, vivimos en una sociedad en la que palabras como “muerte” o “enfermedad” tienen un carácter tabú y hace que sea muy complicado tratar de ello y trabajarlo, siendo muchas veces evitado. Dentro del sistema educativo ocurre lo mismo, los docentes, tienden a no tratar este tipo de temas por diferentes razones siendo los alumnos y alumnas los principales perjudicados. Se puede decir que, se trata de un tema que solo se aborda cuando existe necesidad de ello.

Así pues, el principal objetivo de este Trabajo Fin de Grado es realizar un conjunto de actividades dentro del aula que nos permitan trabajar el duelo infantil sin tener que pasar por una situación de este tipo. A lo largo de este trabajo se irán dando a conocer conceptos y relacionándolos entre ellos para que podamos tener una intervención muy guiada y pautada dentro del aula.

En primer lugar, se abordarán conceptos, la percepción y comprensión de la muerte en la mente infantil. También expondremos la necesidad de la comunicación para poder trabajar este tema de manera más detallada y cómoda. Se hablará sobre el concepto del duelo, una complicación dentro de este proceso llamado duelo complicado y como lo manifiestan los niños y las niñas. Adjuntaremos también la importancia de trabajarlo en el aula.

Primeros pasos hacia el duelo: Unidad didáctica para Educación Infantil

Por último, una vez que se haya terminado con toda la terminología y la parte más teórica, se llevará a cabo una intervención educativa dando pinceladas desde una perspectiva psicológica y educativa.

Este trabajo busca contribuir al bienestar emocional de los niños y niñas al reconocer y honrar sus procesos de duelo dentro del contexto educativo, reconociendo que el aula no solo es un espacio para el aprendizaje académico, sino también para el crecimiento y la salud emocional de los estudiantes.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Concepto, percepción y comprensión de la muerte en la mente infantil

Según la Real Academia Española (RAE) la definición de muerte puede tener varios significados, siendo dos de ellos de vital importancia que nos ayudarán dentro de nuestro ámbito. (Real Academia Española, [R.A.E] s.f.).

La primera definición que podemos encontrar es de carácter biológico, en la que se define la muerte como “Cesación o término de la vida”. (R.A.E s.f., definición 1). La segunda definición que podemos encontrar es “Separación del cuerpo y el alma” (R.A.E, s.f., definición 2), teniendo un carácter más abstracto y espiritual. Es importante saber que los términos muerte y morir no son sinónimos. La muerte es un concepto indefinido, morir es un proceso real, que ocurre en circunstancias determinadas. (Samarel, 1995).

La muerte cuenta con una dimensión psicológica y se debe tener conciencia de ella. Dentro del adulto, permanece un profundo convencimiento de que no nos vencerá jamás la muerte. (Gràcia, 1998).

Las pérdidas tienen muchos significados, desde las definiciones más generales hasta los significados que atribuimos de manera más personal y expresable con pérdidas pasadas o incluso presentes en la propia vida.

Si bien el duelo por la pérdida de lo que amamos es una parte muy natural del ciclo de la vida, puede hacernos cuestionar la forma en que vivimos y nos puede llegar a hacer sentir confusos e inseguros de cómo avanzaremos en territorio desconocido. (Neimeyer, R. A. 2000)

Es muy importante saber tener una gran reorganización satisfactoria de la vida después de una pérdida importante. Existe un porcentaje de población, que tras una pérdida, sobre todo casos traumáticos, no son capaces de reconducir su vida hacia la “nueva normalidad”. Así pues, la persona también se ve influenciada por los factores contextuales, donde pueden facilitar o dificultar la elaboración de un duelo saludable. (Neimeyer, R. A. 2000)

A lo largo de los años, el concepto de muerte ha ido cambiando y progresando. En España, los criterios de defunción fueron aprobados oficialmente mediante Real Decreto en 1980 y más recientemente en 1999. La razón es la necesidad de establecer garantías para la donación de órganos y su posterior trasplante. (Siracusa, C. F. 2010).

En la Edad Media, la gente pasaba la vida preparándose para la eternidad y la muerte, que se consideraba una batalla entre ángeles y demonios que luchaban por las almas de los que estaban a punto de morir. En el romance, la muerte forma parte igual del espectro de acciones, sentimientos y emociones violentas. Afrontar la muerte de otra persona es una escena dolorosa, lo que significa que la muerte ya no está asociada al mal, aunque esta asociación no ha desaparecido. En el siglo XIX, la muerte era el "otro mundo", el lugar de reunión de personas separadas por la muerte. A finales de siglo era común que las personas murieran en sus hogares, donde tenían la oportunidad de terminar su vida en un entorno familiar y así despedirse de familiares y amigos, porque era natural para ellos. hacer. (Arcal, 2021)

Hoy en día, la muerte se considera un tema tabú y es inusual que incluso aquellos que están al borde de la muerte hablen de ello. Aunque ahora es un tema tabú, es necesario abordarlo y trabajarlo para evitar problemas más adelante. (Arcal, 2021)

2.1.1. La muerte en diferentes culturas

Además de todos los avances tanto científicos como tecnológicos, la muerte tiene una dimensión social y cultural, variando el momento histórico en el que se encuentren. Así pues, se debe tener en cuenta también las costumbres, creencias y la sociedad.

Hoy en día, hay culturas en las que integran la muerte en una interacción animista entre seres humanos, espíritus y las cosas materiales. En otras, la muerte es una simple metamorfosis, la cual termina con la propia reencarnación o el renacimiento a través de la descendencia. (Buxò I Rey, 2001).

Hace alrededor de 100.000 años, el hombre inició ritos y ceremonias fúnebres, siendo asociados como medio para certificar la muerte. También servían para poder alejar y espantar malos espíritus. (Oviedo et al., 2009)

Es cierto que la muerte es universal y todo el mundo va a pasar por ella pero, dependiendo de la cultura, país y época en la que ocurra, se vive de una y otra forma. El proceso de muerte no se ha visto modificado a lo largo de los años pero sí que han ido modificándose las actitudes, creencias y conductas. (Oviedo et al., 2009)

Indudablemente, dentro de las culturas existen diferentes pilares que ayudan a desarrollar este concepto de una forma u otra. La religión en diferentes culturas guía en los procesos de duelo y de la muerte, tanto para la persona fallecida como para todo su círculo cercano.

Para las sociedades occidentales, la muerte se percibe como algo negativo y trágico, ya que la vida es un aspecto fundamental de su cultura. Sin embargo, para las culturas orientales, la muerte representa un paso hacia la renovación y la afirmación de los valores tradicionales que han moldeado su comunidad. Por lo tanto, no se ve como un evento trágico, sino como un paso definitivo hacia una existencia más próspera. Desde esta perspectiva, para los orientales, la muerte se considera el evento más significativo de la vida, lo que explica por qué su conmemoración implica rituales elaborados. (Scalici E., 2013)

La muerte no representa el fin, sino la transformación del cuerpo físico, mientras que el espíritu, que constituye nuestra esencia verdadera, trasciende hacia otros planos de existencia. Antes de esta transición, dejamos atrás los sentimientos terrenales, liberándonos

así del dolor y las preocupaciones para abrazar un estado de felicidad pura, inherente a nuestra naturaleza esencial.(Scalici, E., 2013)

Comprender el significado real de la muerte nos conduciría al verdadero propósito de la vida. La muerte no marca un fin, sino una transición hacia una forma de existencia más plena, sin las limitaciones de la materia. Es simplemente un intervalo prolongado en nuestra experiencia de vida en el plano físico; nos retiramos al "exterior" por un período más prolongado. La transición de la vida física a la muerte es solo una etapa en nuestra continua acumulación de experiencias, marcando una transición definida de un estado de conciencia a otro. La liberación del alma a través de la enfermedad y la muerte no debe ser vista como un proceso trágico, sino como una transición simple hacia un estado diferente.(Scalici, E., 2013)

A pesar de que la muerte es una experiencia común para todos, la manera en que las personas se enfrentan a ella es única y variada, lo que resulta en una amplia variedad de actitudes y emociones de diferentes niveles de intensidad. (García-Caro, M., 2022)

2.1.2. Cómo vivimos la muerte en nuestra sociedad

España es un país en el que como sociedad nos produce mucho miedo la muerte. El fallecimiento impacta a todas las personas sin importar su condición o el lugar donde residan. A pesar de que la muerte es un tema sensible que toca nuestras emociones más íntimas, rara vez se trata de manera franca. (Caycedo Bustos, M. L., 2007)

Nuestra falta de capacidad para reconocer y entender la muerte impacta en nuestras prioridades éticas y en nuestro comportamiento. La mayor amenaza y angustia para una persona es perder conexión con el "propósito de su vida" y experimentar la falta de sentido. Cuando existe un propósito, podemos tolerar y superar el sufrimiento. (Caycedo Bustos, M. L., 2007)

Tal y como dice Cid (2011):

“Los seres humanos vivimos inscritos en un espacio, un tiempo y una cultura determinados. Todo lo que creamos, pensamos e incluso sentimos está enmarcado dentro de un tiempo y unos dogmas que nos conforman y modulan. Por eso la manera de vivir la vida y de afrontar la muerte va a estar condicionada por el entorno y el período en el que vivimos” (p.11).

Vivimos en una cultura occidental en la que existen grandes dificultades para asumir la muerte. Esta negación produce un impacto ya que proyectamos como adultos a los más pequeños miedos, intentando apartar lo máximo posible de la experiencia. (De Miguel, J. M., 1995)

El funeral, una de las costumbres que hay en nuestra sociedad, es un blanco de muchas críticas pero si se hace correctamente, es un accesorio importante para ayudar e incitar a una resolución saludable. (De Miguel, J. M., 1995)

Dentro de nuestra sociedad, antes, se producía la muerte en casa rodeado de los hijos e hijas, mientras que ahora se muere en el hospital, siendo este lugar donde van a morir los ricos y no los pobres. (De Miguel, J. M., 1995)

Es muy común tener más miedo a la muerte de las personas que tenemos alrededor que a la nuestra propia. (De Miguel, J. M., 1995)

Hay que destacar que las personas de la sociedad en la que vivimos, no saben qué conducta seguir ante un fallecimiento, en un funeral, que sentimientos tener o cómo expresarlos.

Tal es el extremo que llegamos a morir en soledad, no solo por ocultar el momento sino también porque las personas niegan la muerte y no son capaces de actuar en esas situaciones. (De Miguel, J. M., 1995)

La educación sobre la muerte es un tema tabú en la actualidad, lo que nos lleva a sentirnos responsables de la falta de comprensión entre nuestros ciudadanos. El gran desafío que enfrenta nuestra sociedad es reconocer y aceptar la mortalidad como un aspecto natural de la vida y un derecho. El uso de un lenguaje eufemístico al explicar el significado de la muerte a los niños a menudo no ayuda, sino que dificulta aún más la comprensión de este concepto. (Garc, M. F. C. 2013)

La muerte necesita un aprendizaje que se tiene que ir desarrollando a lo largo de toda la vida, debido a que no entiende de edades ni de discriminaciones, sin respetar tampoco el ciclo vital, aunque en nuestra sociedad actual relacionemos la muerte con la vejez. (Garc, M. F. C. 2013)

Es crucial saber que tenemos que cambiar ese concepto y asumir la muerte desde edades más tempranas, valorando en cada momento las diferencias evolutivas de cada etapa. Esto implica, además, la tarea de sensibilizar a los agentes educativos sobre la relevancia de la educación sobre la muerte. Para lograr esto, es fundamental reconocer que el sistema

educativo actual necesita ser actualizado metodológicamente, mediante estrategias que promuevan un aprendizaje activo, significativo, dialógico y colaborativo. La educación no es solo responsabilidad de los maestros o de los padres, sino de todos. (Garc, M. F. C., 2013)

La sociología se encarga de tratar este concepto entre la multitud que va surgiendo como sociedad. Existe una cierta ansiedad por definir el concepto de “buena muerte”, pudiendo diseñar una muerte ideal. Hay una tendencia a favor de parto natural y del parto en casa. En cambio, no existe una tendencia paralela a favor del fallecimiento natural. (Garc, M. F. C., 2013)

Con el alargamiento que se ha ido produciendo de la vida, un gran número de personas no mueren de pronto, van desapareciendo gradualmente de la vida social. La sociedad y el aislamiento de las personas que cumplen esta regla. (De Miguel, J. M., 1995).

Es por ello que, en esta sociedad se va avanzando poco a poco pero, aún hay trabajo que hacer para mejorar. La educación para la muerte es fundamental para poder gestionar y ayudar a los demás en el proceso del duelo y de la muerte.

2.2 ¿Qué es el duelo?

El duelo ha sido definido de diferentes formas por varios autores, manuales e incluso, diccionarios (Oviedo et al., 2009)

El duelo proviene del latín “*dolus*” que significa dolor y se trata de un sentimiento que aparece tras la muerte de un ser querido y “*duellum*” que significa “retar a duelo”, “al combate entre dos”. La definición se podría afinar sabiendo que es “una reacción natural ante la pérdida de una persona, animal, objeto o evento significativo”.

El duelo se trata de una reacción normal, esperable y natural tras una pérdida. Estamos ante un proceso de adaptación psicológica, no necesitando en la mayoría de casos una adaptación psicológica, siempre y cuando la persona tenga recursos adecuados para enfrentarse a la pérdida. (Alba, R. M. et al., 2012).

Según Freud, en su escrito “Duelo y melancolía” define este concepto como algo más allá, siendo posible la pérdida de algo tangible pero también a la pérdida de ideales o ideas que uno presupone. Muchas veces, el duelo se entiende desde el momento de la pérdida hasta cuando esta es aceptada; pero a veces, el duelo puede empezar antes de la pérdida, como puede ocurrir ante una enfermedad sin posibilidad de recuperación.

Desde la perspectiva del psicoanálisis, se puede corroborar que para poder superar el duelo al completo es de vital importancia poder experimentar la realidad de la falta que ha provocado el duelo, sentir todas las emociones que conlleva y adaptarse a la nueva realidad. (Pelegrí Moya, M. et al. 2011).

Según Attig conviene hacer una diferenciación entre el duelo y el proceso de duelo. Así pues, el proceso de duelo hace referencia a un hecho que se extiende en el tiempo, pudiendo llegar a afectar a nuestra salud. De manera general, no todas las personas llegan a obtener la misma flexibilidad emocional y cognitiva para poder enfrentarse a los cambios. (León y Gallego, 2018)

Siendo indiferente la etapa de la vida en la que se encuentre la persona que sufra el duelo, siempre aparecen diferentes emociones: estrés, miedo, problemas de conducta, ansiedad, demandas de atención, descontrol, etc. Se pueden apreciar unas pautas a tener en cuenta para poder favorecer al niño o niña frente a una pérdida (León y Gallego, 2018):

- Realizar un acompañamiento continuo que termine siendo un apoyo, pudiendo evitar la sobreprotección que tapone la realidad.
- Tener la capacidad de poder exteriorizar los sentimientos que afloran a través de instantes y oportunidades.
- Hacer protagonistas a los niños y niñas de la realidad, pudiendo explicar y comunicar lo ocurrido a través del lenguaje que tengan en función de tu etapa evolutiva.

Desde los cuatro o cinco años, pueden manifestar el duelo de la misma manera que un adulto, siendo visible alguna reacción en niños y niñas desde los 6 meses. Wonder desarrolla que, la persona que sufre el duelo, debe pasar por unas fases que se van simultaneando entre ellas. (Alba, R. M. et al., 2012)

Tal y como citó Posada, se trata de una respuesta psicológica con sentimiento y pensamiento que se produce ante una pérdida. Así pues, es muy importante poder entender el duelo como un gran proceso en movimiento, con constantes cambios y múltiples expresiones y jamás como un estado estático con límites rígidos. (Oviedo et al., 2009)

Como conclusión, todos los autores coinciden en que el duelo es un proceso.

Es muy común pensar que el proceso del duelo es rápido. Es totalmente contrario, lento y complejo, en el que cada persona es un proceso diferente. (Worden, s. f.).

Nos encontramos ante una idea un tanto errónea de lo que es el proceso y pensar que solo existen 5 fases (shock, negación, negociación, depresión y aceptación) teniendo la persona que pasar por cada una de ellas y una vez finalizada la última etapa, el proceso estará terminado.

2.2.1. Fases del duelo

Cada teoría explica y desarrolla una serie de fases o etapas por las que pasa la persona que está en el proceso de duelo. Vamos a plasmar diferentes autores que han ido teniendo importancia en la evolución del concepto y fases del duelo.

Sigmund Freud, a través de su obra “Duelo y Melancolía”, afirmaba que el yo podía quedar liberado de sus antiguos apegos y disponible para vincularse con una persona viva de nuevo. Así pues, este aspecto del concepto de desapego ha sido muy cuestionado a través de evidencias clínicas y empíricas. (Oviedo et al., 2009)

Por otra parte, Parkes desarrolla cuatro fases dentro del proceso del duelo (Worden, s.f.):

1. Periodo de insensibilidad que ocurre cerca del momento de la pérdida. El hecho de la pérdida queda en un segundo plano durante un periodo pequeño.
2. Fase de anhelo. La gente anhela el regreso de la persona perdida y tiende a negar la eternidad de la persona perdida. La rabia juega un papel fundamental en esta etapa.
3. Fase de desorganización y desespero. Las personas que se encuentran en duelo les resulta difícil funcionar en sus circunstancias.
4. Fase de conducta reorganizada. Comienza a recuperar su vida.

En cambio, Bowlby trata de abordar a través de un sentido amplio, intentando incluir los procesos psicológicos, tanto conscientes como inconscientes. Estos procesos aparecen cuando hay una pérdida y lo llamó Aflicción a los sentimiento de dolor que causa la pérdida. (Ferrando Llobera, M. 2016)

Después de denominar este proceso, siguiendo su teoría del apego, Bowlby dividió el duelo en cuatro fases (Ferrando Llobera, M. 2016);

1. Fase de Shock. El autor acota desde unas horas hasta una semana la duración de esta fase, pudiendo ser interrumpida por episodios de cólera o aflicción. La persona que está pasando por el proceso se siente aturdida y llega a tener problemas para aceptar la realidad.
2. Fase de deseo y búsqueda de la persona. Es una fase en la que se identifica anhelo intenso, llanto, inquietud, insomnio y cólera hacia los responsables de la pérdida. Esto puede desencadenar en no llegar a aceptar la pérdida.
3. Fase de desorganización y desesperanza. Es muy común que esté presente la depresión en diferentes momentos de la fase.
4. Fase de reorganización. Es la última fase en la que la aceptación de la pérdida, cambia la definición de sí mismo y de su situación, aceptando también papeles nuevos y motivación para conseguir nuevas habilidades.

En cambio, los autores Ordoñez y Lacasta, declaran que en los niños existen tres fases del duelo. La primera es la protesta en la que el niño echa de menos al fallecido y llora su regreso. La segunda fase es la desesperanza, en la cual empieza a comprender la realidad, llora de forma intermitente y no de manera continuada como en la fase anterior y es común pasar por un periodo de apatía. La última fase es la ruptura del vínculo, la más importante

porque el alumno empieza a mostrar interés por el mundo que le rodea. (Ferrando Llobera, M. 2016)

Kübler- Ross es una autora que postuló cinco fases durante el duelo en las personas que se encuentran cercanas a la muerte (negación, ira, pacto / negociación, depresión y aceptación). Definió la negación como imposibilidad de aceptar y ser consciente de que padecer la enfermedad es un hecho real, siendo el diagnóstico atribuido a errores médicos o a una simple equivocación. (Ávila, M. M. et al 2013).

Siguió definiendo la segunda fase, la ira, como una reacción emocional de rabia, envidia, resentimiento y hostilidad debido a la pérdida de la salud, dirigida hacia todo el entorno percibido como sano o responsable de la enfermedad, incluyendo al personal sanitario, familiares, amigos e incluso a Dios. También abarca la ira o hostilidad dirigida hacia uno mismo, al culparse por haber causado la enfermedad, lo que puede llevar a conductas de riesgo autodestructivas.(Ávila, M. M. et al 2013)

La tercera fase la denominó “pacto/ negociación”, siendo esta una forma de poder afrontar la culpa, enlazando, de forma imaginaria o real, a los que dirigió la ira. En esta fase, ya no son culpables, sino comprometidos con ellos mismos para la recuperación, pudiendo así plasmar y alcanzar metas terapéuticas, supervivencia o desarrollo personal. Es un gran paso debido a que se desprende todas las conductas autodestructivas y empieza a comprometerse. (Ávila, M. M. et al 2013)

La depresión forma la cuarta fase que Kübler- Ross. Es un conjunto de sentimientos que llevan a un profundo vacío y gran dolor ante la penosa situación que vive el paciente. Dentro de esta fase, es común que puedan abandonar el tratamiento y no acudir a las visitas médicas previstas. (Ávila, M. M. et al 2013)

La aceptación es la última fase que engloba el reconocimiento de la enfermedad y la situación de dolor y la gran limitación que conlleva. A este punto se llega cuando se realiza una valoración de la pérdida y se le da nuevos significados a la situación que se vive. Es importante no confundir con la resignación ante la enfermedad o el grado de felicidad que se alcanza. (Ávila, M. M. et al 2013)

Moyer y Levine afirmaron que existe un problema en estas cinco fases a la hora de poder diferenciarlas. Existe una falta de consenso si la negación es una señal de alteración psicológica o una reacción normal ante una enfermedad que pone en peligro la vida. El consenso se inclina hacia una respuesta normal, siendo la valoración que Kübler- Ross le

daba. Para Moyer y Levine, la negación engloba la necesidad de distanciarse, evitar y suprimir emociones. (Ávila, M. M. et al 2013)

En relación a lo antes expuesto, hemos de ser conscientes que la duración de las fases del duelo en niños puede variar y depende del apoyo que recibe durante el proceso. Es fundamental considerar la conexión entre los procesos de duelo y la psicopatología. Los duelos que no se elaboran adecuadamente pueden conducir al desarrollo de problemas psicológicos, mientras que la presencia de un trastorno mental previo puede dificultar la elaboración del duelo. (Flórez, S. D. 2002)

2.2.2. Manifestaciones del duelo en la infancia

Las manifestaciones en las personas pueden ser muy diversas, siendo un poco más concretas en los niños y niñas. Las respuestas corporales, dificultades en la alimentación, el sueño, la ansiedad, problemas de conducta... descartando la presencia en la mayoría de casos el suicidio. (SECPAL, 2007)

Las manifestaciones normales de duelo en los niños pueden ser: conmoción y confusión, retraimiento social, ira e irritabilidad, alteraciones del sueño y/o alimentación, rechazo, tristeza y llanto, apatía, ansiedad, hiperactividad, culpa, problemas de conducta, falta de concentración, miedo escolar, miedo a la posible pérdida del padre no fallecido, a la propia muerte, regresión a etapas anteriores del desarrollo, protección a sus seres queridos, enuresis, dolor abdominal, accidentes (caídas...). (SECPAL, 2007)

Tiene gran dificultad determinar cuando ha finalizado el duelo, pero se considera finalizado cuando el niño o niña afectado es capaz de mirar al pasado y recordar con afecto sereno. Si no fuese así, estaríamos ante un duelo complicado. (SECPAL, 2007)

Es de vital importancia poder ayudar a los niños dentro del proceso. Kroen afirmaba que debemos canalizar nuestros propios sentimientos y expresarlos de manera que los infantes sean conscientes. Si no, repercutirá de manera negativa en los niños. (Ferrando Llobera, M., 2016)

Por otro lado, se advierte que es necesario que el infante pase tiempo con sus familiares y amistades. La rutina es otro punto importante que no se debe descuidar en el proceso del duelo, pudiendo así llegar al punto de hablar del fallecido de manera abierta. (Ferrando Llobera, M., 2016)

Dentro del duelo en los niños y niñas, podemos encontrar diferentes tipos de duelo. Suelen darse dos de manera frecuente; duelo no complicado y duelo complicado.

El duelo no complicado según Slaikeu no debe terminar de manera obligatoria en una crisis. El contexto de la persona puede influir, pudiendo elaborar el duelo sin ayuda de profesionales. (Ferrando Llobera, M., 2016)

La tristeza, el llanto, la ansiedad, la culpa y la rabia son manifestaciones “típicas y normales” dentro de un duelo infantil. Varios autores coinciden en que un duelo normal puede tener duración de uno o dos años, estando presente la sensación de soledad. De otra forma, el duelo infantil tiene una duración muy variable, desde unos meses hasta un año. Cabe destacar que los niños y niñas suelen superar las pérdidas sin complicaciones y de manera adecuada. (Ferrando Llobera, M., 2016)

El duelo complicado se detalla más adelante para poder abordarlo de manera más profunda.

2.2.3. Duelo complicado

El primer autor en profundizar en este asunto como es el duelo complicado o patológico fue Sigmund Freud dentro de su obra “Duelo y melancolía”. En 1917 este autor, presentó un modelo en el cual diferenciaba entre el duelo normativo y el duelo complicado. (de Hoyos López 2015)

Según Worden, J. W., dentro de todos los factores que influyen en la llegada de un duelo complicado podemos destacar:

- Factores relacionales; depende del tipo de relación que tiene la persona que sufre el duelo con la persona fallecida. Suele ser muy común tener un elevado grado de ambivalencia añadido a la hostilidad no expresada.
- Factores circunstanciales; esto se debe a una pérdida incierta o pérdidas múltiples.
- Factores históricos; con anterioridad, estas personas han sufrido un duelo complicado. Hay cierta evidencia de que las personas que ya lo han sufrido con anterioridad se sintieron inseguros en sus apegos de la etapa de la infancia.
- Factores de personalidad; se muestra en personas que son incapaces de tolerar sentimientos de dependencia.
- Factores sociales; es de vital importancia que las personas afectadas por el duelo tengan un contexto donde poder apoyarse y reforzarse mutuamente.

Worden J. W. (s. f.) aclara que el concepto de duelo complicado, anormal o patológico es “la intensificación del duelo al nivel en que la persona está desbordada, recurre a conductas desadaptativas, o permanece inacabablemente en este estado sin avanzar en el proceso del duelo hacia su resolución.”. Existen varias maneras de crear un perfil del duelo complicado. El que más destaca el autor tiene cuatro apartados: duelo crónico, duelo retrasado, duelo exagerado y duelo enmascarado.

Así pues, el duelo crónico es el que tiene una gran duración y jamás llegará a un punto satisfactorio.

También nos podemos encontrar con el denominado duelo retrasado. Su nombre puede variar y nos lo podemos encontrar como duelo inhibidos, suprimidos o pospuestos. No es suficiente la reacción emocional que tiene la persona en el momento de la pérdida, por lo que, en un futuro, la persona experimentará los síntomas del duelo, siendo de intensidad excesiva. Es muy común que los sentimientos desbordantes que se muestran en el momento de la pérdida, haga que se retrase la aparición del duelo. (Worden, J. W. s. f.)

En el tercer apartado Worden nos muestra el duelo exagerado. Este duelo consiste en el desbordamiento cuando se intensifica un duelo normal y recurre a una conducta desadaptativa. La persona es consciente de que su experiencia resulta excesiva e incapacitante y por ello busca terapia. Este tipo de duelo desemboca en trastornos psiquiátricos mayores (depresión clínica, ansiedad, abuso de alcohol u otras sustancias...).

El trastorno que puede aparecer en este tipo de duelo es el trastorno de estrés postraumático (TEP) debido a la naturaleza de la pérdida.

Por último, podemos encontrar el duelo enmascarado. Se da en los casos donde las personas afectadas experimentan síntomas y conductas que no son capaces de darse cuenta ni reconocerlos. (Worden, J. W. s. f.)

El Manual de Diagnóstico DSM-V incluye y clasifica este término como "una afección que necesita más estudio" se define como una enfermedad con síntomas de reacciones intensas y persistentes de tristeza y pena. Se estima que la prevalencia del duelo complicado está entre el 2,4% y el 4,8% de la población, es decir más mujeres que hombres. (APA, 2013).

Como ocurre con el resto de trastornos que aparecen en la revista, este debe cumplir unos criterios diagnósticos. En este caso (APA, 2013):

1. Se debe haber producido la muerte de alguien cercano.
2. Que los siguientes síntomas perduren más de 12 meses en un adulto y 6 meses en niños: Anhelo, pena y malestar intenso, preocupación hacia el fallecido y a las circunstancias de la muerte.
3. Que desde el momento en que murió esa persona hayan estado presentes al menos 6 síntomas relacionados con el malestar reactivo a la muerte, la alteración social o la alteración de la identidad y persistan durante 12 meses en adulto y 6 meses en niños.
4. Como se ha mencionado anteriormente, existen una serie de factores relacionales, circunstanciales, personales y sociales que predisponen a padecer un duelo complicado. Algunos ejemplos de estos factores son la dependencia emocional hacia el fallecido, los sentimientos de culpa, si ha sido una muerte repentina o violenta, la salud mental de cada individuo, el bajo nivel económico, etc. (Ordoñez, s. f.).

Para poder diagnosticar un duelo complicado, además de cumplir con los criterios diagnósticos, debemos tener unos instrumentos de evaluación. Estos instrumentos suelen ser cuestionarios donde se valora la intensidad y la duración de diversas conductas y sentimientos del duelo. (Limonero et al., 2009).

Dentro de los instrumentos de evaluación, podemos encontrar el Inventario de duelo complicado (IDC) creado por Prigerson. Este inventario incluye diversos ítems cognitivos, emocionales y conductuales relacionados con el duelo, que se valoran en una escala del cero al cuatro, con el fin de determinar la probabilidad de estar experimentando un duelo complicado.(SECPAL, 2008).

Ya diagnosticado el trastorno, es muy recomendable la atención e intervención psicológica, que podrá ser efectiva a través de la ayuda de los profesionales y con la nula intervención de medicamentos. (SECPAL, 2008)

Esta asistencia psicológica busca ayudar a la persona en duelo a comprender la pérdida que ha experimentado y a reconocer y expresar sus emociones. Para alcanzar este objetivo, se proporcionan dos tipos de terapias: la primera es una terapia cognitiva que ayuda a clarificar pensamientos, ideas y dudas; la segunda es una terapia conductual que busca modificar comportamientos no deseados. (Ordoñez, s. f.)

Es fundamental poder prevenir y proporcionar terapia psicológica a los niños en duelo, debido a que esta condición está asociada con otras morbilidades, como el trastorno de depresión mayor, el TEPT (trastorno de estrés post traumático) y los trastornos por consumo de sustancias.(APA, 2013)

Cerca de un diez por ciento de la población que sufra la pérdida de un familiar o persona cercana, sufrirá un duelo complicado. Hasta el 40% de los niños pueden experimentar trastornos un año después de la pérdida, especialmente problemas de salud mental como la ansiedad y la depresión. (Guillén et al., 2013)

Se debe seguir trabajando en el protocolo de intervención pudiendo mejorarlo a través de investigaciones. (Alonso-Llácer, L. et al 2021)

Para finalizar, podemos destacar que la investigación del duelo complicado va en aumento pero se necesitará mucho tiempo para poder llegar a clarificar el concepto y todas sus consecuencias. (Barreto, P., et al 2012)

2.3. La muerte y la importancia de trabajarlo en el aula

Arcal 2021 explica que “una enseñanza sin muerte es la muerte absoluta de la enseñanza, porque no tratar de lo que más importa descalifica a cualquier institución sobre el saber”.

Según afirman Gorosabel-Odrizola y León-Mejía (2016, p.1), los niños y niñas podrían obtener beneficio de un contexto en el que se tratase la muerte de forma natural. La escuela es un espacio idóneo para realizarlo aunque a día de hoy, ningún currículum oficial ofrece la muerte entre sus temas. (Arcal, 2021)

Deaton y Berkan (1995), citados por Gorosabel-Odrizola y León-Mejía (2016, p.1) afirman que una buena educación sobre el duelo y la muerte sería muy favorable al desarrollo social y podría prevenir traumas o trastornos psicológicos. (Arcal, 2021)

Es muy importante poder saber en qué punto de desarrollo está el grupo con el que queremos trabajar este concepto. De la Herrán y Cortina (2008) afirman que la ley no ampara que se tenga que trabajar este concepto dentro del aula pero, sin embargo, se contradice con el hecho de que los alumnos y alumnas tengan que saber conceptos como que los seres vivos mueren. Estos mismos autores hacen referencia a la Educación para la Muerte como un rasgo de pedagogía aplicada. Ellos mismos proponen estudiar la viabilidad para que llegue a ser un proyecto didáctico para que pueda ser reflexionado, planificado y desarrollado por los docentes. (Arcal, 2021)

De la Herrán y Cortina (2009) conciben la Educación para la Muerte y la didáctica de la misma como la “práctica de su enseñanza” con dos orientaciones:

1. Práctica previa a un momento trágico

Se puede denominar “didáctico- curricular”, y se crea de manera constante. El concepto de muerte está presente en todas las materias de conocimiento. Así pues, debería estar presente en la metodología empleada, la planificación, la formación del profesorado... Esta orientación se caracteriza por un conjunto de procesos de:

- Aprender contenidos relacionados con el concepto de muerte
- Olvidar aspectos que podrían negar el avance de la educación para la muerte.
- Reciclar conceptos olvidados que son enriquecedores para el tema.

2. Posterior o paliativa:

Llega a ponerse en práctica cuando un alumno o alumna sufre una experiencia relacionada con la muerte. Es importante crear un buen equipo entre familias,

docentes, equipo directivo... Con los alumnos que sufren de esta experiencia hay que tener vital cuidado creando una buena coordinación, planificando y fundamentando todos los pasos que se vayan dando dentro del proceso. (Arcal, 2021)

Se definen los principios básicos como un conjunto de características relacionadas a la enseñanza evaluable y su significado puede ser comprendido y llevado a la práctica por el equipo escolar.

Tal y como se nombra anteriormente, Herrán y Cortina (2009) definen los principios didácticos de la siguiente manera:

- Principio de coherencia y ejemplaridad, no es tan importante centrarse en el alumno o currículo sino que también hay que informarse, prepararse, reflexionar como instrumento de la enseñanza. La comunicación debe ser un proceso de autoformación y crecimiento de todos.
- Principio de interiorización y evolución humana, debe haber un trabajo arduo desde la investigación para poder crecer personalmente, para poder ayudar a mejorar la sociedad en la que vivimos.
- Principio de calidez y claridad para la calidad, el alumno no debe ser engañado en ningún momento para poder tener claro el concepto de muerte.
- Principio de naturalidad y respeto didáctico a las elaboraciones y descubrimientos del niño y del adolescente siguiéndole “desde atrás”, muy importante hacer saber cual es el centro de atención, respondiendo lo que preguntan y no lo que no preguntan.
- Principio de duda y autoconstrucción: la duda forma parte del conocimiento, es importante saber si lo que se ha explicado se puede poner en funcionamiento.
- Principio de flexibilidad y adecuación: deben ser respetados y educados dependiendo de las características que el alumno y alumna tengan.
- Principio de evaluación formativa global y mediata: La evaluación es una pieza clave dentro de la educación. Este es un proceso lento, en el cual deben comprobarse las diferentes características del alumno para saber en que punto se encuentra. Parte fundamental para llegar se produce a través de la observación

En resumen, educar para la muerte es intentar interiorizar el concepto y que llegue a formar parte de nuestras vidas, siendo un trabajo individual y grupal, largo en el tiempo.(Arcal, 2021)

2.3.1. Señales de alerta y predictores de riesgo

Durante la infancia se pueden sufrir pérdidas significativas y necesitan un apoyo adecuado por parte de las personas adultas, ya que puede convertirse en una situación de riesgo para su desarrollo personal. Es importante también tener en cuenta el asesoramiento y orientación de los adultos para acompañar al infante en la elaboración del duelo. Hoy en día hay una tendencia por protegerlos del daño que puede provocarles la pérdida. (Arce, I. G. et al 2019)

Existen varias discrepancias entre diferentes autores por saber a qué edad los niños empiezan a manifestar el duelo. Se considera que desde los 6 meses estas manifestaciones pueden estar presente pero no es hasta los 5 años cuando son capaces de entender conceptos básicos relacionados con la muerte (irreversible, permanente, universal y fin de las funciones vitales).

Las manifestaciones, podemos tratarlas de señales de alerta para ser consciente de que estamos ante un proceso de duelo. Estas señales son frecuentes y esperables, siendo muy diversas y numerosas, no teniendo que cumplir todas a la vez ni todas en el mismo proceso de duelo. (Arce, I. G. et al 2019)

A continuación muestro una lista de señales de alerta que nos pueden hacer estar atentos del proceso que va a ocurrir;

- Ante la pérdida de un ser querido, expresar conmoción y confusión
- Ira, a través de diferentes procesos como puede ser el juego o el sueño.
- Miedo a perder a sus figuras de apego que aún siguen vivas.
- Actuación de forma más infantil, retrocediendo en la etapa de desarrollo.
- Tener culpabilidad por la muerte de la persona fallecida pensando que ha podido ocurrir por cosas que han dicho o han hecho.
- Tristeza que se puede manifestar con insomnio, pérdida de apetito, miedo a estar solo, disminución en el rendimiento escolar o el deseo de irse con la persona fallecida.

Esta es una lista que muestra algunas de las señales de alerta para poder ser conocedores de que estamos ante un proceso de duelo. Con el paso de tiempo se ha ido investigando y se ha clarificado que el sexo y la edad es esencial para saber como reaccionan ante el duelo. En cuanto al sexo, en los niños es más frecuente que tengan una mayor

conducta de agresividad; en las niñas en cambio, es frecuente que muestren alteración del sueño, enuresis e incluso síntomas depresivos. (Arce, I. G. et al 2019)

Teniendo en cuenta que el duelo es un proceso natural y, en teoría, si la persona cuenta con los recursos adecuados, en la mayoría de los casos no es necesario intervenir para afrontar la situación. (Arce, I. G. et al 2019)

Es muy difícil determinar cuándo se ha completado un proceso de duelo en una persona. Sin embargo, se considera que hay dos indicios que muestran que la persona ha procesado adecuadamente este duelo, según muchos expertos: ser capaz de recordar a la persona fallecida sin sentir dolor y poder establecer nuevas relaciones y afrontar nuevos retos en la vida, es decir, adquirir la capacidad de reorganizar su vida nuevamente. Si esto no sucede, se podría hablar de un duelo complicado.(Arce, I. G. et al 2019)

En relación a esto, se ha observado que existen varios factores que pueden predecir el riesgo de que el proceso de duelo tras una pérdida no siga un curso normal y se convierta en un duelo complicado. Estos factores pueden ser de riesgo o de protección y modulan la experiencia del duelo, conocerlos ayudará a elaborar un duelo normal. (Arce, I. G. et al 2019)

Entre estas variables moduladoras encontramos (Arce, I. G. et al 2019):

- Las características del niño; como, por ejemplo, sus experiencias anteriores de pérdida, su forma de enfrentar estas situaciones, y los sentimientos de soledad o la falta de apoyo. Puede aparecer un factor de riesgo que comprende la pérdida de una madre en niñas menores de 11 años y la pérdida de la figura del padre en el caso de los adolescentes masculinos.
- Relaciones familiares y sociales: siendo un pilar fundamental la conexión que tuviera con la persona fallecida, la dependencia con otras figuras presentes, una respuesta inapropiada de estas personas ante la pérdida, esconder información sobre lo sucedido o no involucrar al niño en el proceso.
- Su entorno y cultura más amplios; el ambiente en el que se encuentra es inestable y sin figura de referencia que se encargue de sus cuidados. Puede haber dos ejemplos en los que puede ocurrir; el primero, en el que la persona fallecida era la responsable de estas tareas. El segundo caso en el que puede ocurrir es cuando uno de los

progenitores fallece, el otro progenitor contrajera matrimonio y el infante no acepta la nueva figura o no quisiera tener una buena relación con ella.

- Las condiciones en las que ha sucedido la muerte o si el niño percibe este evento como traumático.

La existencia de problemas de salud mental previos tanto en los niños como en los padres puede predisponer a experimentar un proceso de duelo complicado. En caso de que los padres puedan presentar estas dificultades, supone un gran factor de riesgo para el desarrollo del duelo, afectando de manera directa al apoyo que los padres pueden darle. (Arce, I. G. et al 2019)

En base a lo mencionado anteriormente, en cuanto a la duración del proceso de duelo, podemos apreciar varios factores de riesgo que nos pueden poner en alerta porque el duelo no está siendo un proceso normal. Al principio, estas manifestaciones son normativas, pero si se alargan en el tiempo o tiene una intensidad que interfiere en el correcto funcionamiento del niño o niña, es cuando estamos ante factores de riesgo. (Arce, I. G. et al 2019)

Los predictores de riesgo más comunes son (Arce, I. G. et al 2019):

- Fuertes reacciones emocionales (rabietas frecuentes o prolongadas, llantos, aislamiento tras un tiempo de la pérdida)
- Síntomas de sensibilidad, apatía e incluso, depresión.
- Ser incapaz de establecer nuevos lazos afectivos con otros miembros de la familia que desean cuidarlo o rechazarlos.
- Disminución del rendimiento escolar y empeoramiento de la relación con sus compañeros.
- Miedo constante a la noche; piensa que algún familiar le va a abandonar y quiere irse con la persona fallecida.
- Trastornos en la alimentación.

Cabodevilla aclara que existen factores predictores de duelo de riesgo, siendo circunstancias que harán más difícil su elaboración. Destaca las circunstancias alrededor de la muerte, la relación con la persona fallecida, la personalidad, antecedentes y características del infante.

Se realizó un estudio sobre la incidencia de duelos de riesgo en familiares de primer grado, siendo un 24% de los familiares estudiados susceptibles a un duelo de riesgo. (Cabodevilla, I. 2007)

Esto nos hace recordar que:

- La gran mayoría de personas presentan la tristeza de diversa intensidad y que las reacciones más profundas no deberían ser catalogadas como “depresión”
- Un número elevado de personas necesita más tiempo para recuperarse de lo que marca nuestra cultura. Este tiempo debe ser flexible.
- Hay personas que necesitan hablar y expresar sus propios sentimientos sobre la pérdida y durante más tiempo que otras. Se ha establecido una regla social de que se considera inapropiado manifestar sentimientos negativos fuera del tiempo estipulado por la cultura, privando así a las personas a satisfacer su necesidad, viéndose afectados negativamente pudiendo pensar que no son personas normales o incluso desarrollando una enfermedad mental.
- Un grupo de personas nunca asienta la pérdida con serenidad, aun habiendo pasado tiempo desde la muerte. Es observable en los casos de muerte repentina, accidental o violenta, donde los sentimientos de injusticia afloran.
- Es un proceso arduo el desligamiento afectivo y mental con la persona fallecida. Muchas personas aun habiendo pasado tiempo desde la muerte, siguen hablando con la persona fallecida. Para estas personas se trata de un vínculo que les ayuda a reconfortarse y alentarlos a seguir en la vida.

Así pues, es de vital importancia saber que el duelo se va elaborando sanamente mientras aprendemos a recordar e integrar lo mejor de la relación con la persona fallecida. (Cabodevilla, I. 2007)

2.3.2. Educación emocional y pensamiento visible

Hoy en día, la educación emocional está en auge. Masreal en 2007 la describió como una vertiente psicológica en la que la información la recibe el cerebro pero antes pasa por el sistema límbico, donde se encuentran las emociones. La etimología de la palabra “emoción” podemos desglosarla en “moción” que significa sentimientos y “e” que significa hacia

“fuera”. Las habilidades emocionales hay que aclarar que son susceptibles de aprendizaje y con gran perfeccionamiento a lo largo de la vida. (Ramos Pla, A. 2022)

Kübler- Ross (1992), dentro de su obra “Todo final es un luminoso principio”, aclaró que el ser humano puede presentar cinco estados emocionales naturales que están muy relacionados con la muerte.

La primera emoción que la autora nos explica es el miedo. Explica en su obra que todo ser humano nace con dos miedos inherentes; caer desde muy alto y escuchar, de repente, ruidos muy fuertes. A partir de estos dos miedos, con el paso de los años y nuestras experiencias, derivan en otras emociones desfiguradas.(Kübler-Ross, E., 1992)

El área emocional forma parte esencial debido a que los infantes expresan miedo pero nunca hacía la muerte. Para ellos, su mayor miedo es la separación de la madre o padre, que no los abandonen y puedan cuidarlos. (.Kübler-Ross, E., 1992)

Compartir las emociones que pueden ser tanto negativas como positivas además de los celos naturales que tienen los niños y niñas. Se trata de un estímulo de aprendizaje que tienen los infantes hacia los adultos. Solo pueden ser negativos si se reprime o se desprecia al infante por expresar esa emoción.(Kübler-Ross, E., 1992)

Como último punto importante que Kübler- Ross 1992 destaca, existen varias formas de querer, siendo de vital importancia que durante el primer año de vida, los niños y niñas reciban diferentes formas de afecto como puede ser abrazos, besos,... El ser humano tiene necesidad de mostrar y que le muestren afecto y contacto físico hasta el último momento de la vida.

Las emociones se encuentran presentes en todos los ámbitos de nuestra vida, por lo que también forma parte importante en el proceso de muerte y del duelo. Si los adultos dan facilidad a los infantes para poder expresar sus emociones libremente, podrán adaptarse con mayor facilidad a las adversidades que tengan a lo largo de su vida. Si no se realizara de este modo, el infante no sería capaz de vivir las emociones que tiene y cuando sufra una pérdida, puede tener posibilidad de tener una desadaptación y puede desencadenar en aislamiento social, trastornos alimenticios, depresión, violencia, etc. (Ramos Pla, A. 2022)

El ser humano es capaz de almacenar y recordar todas las experiencias que nos suceden a lo largo de nuestra vida. A través de estas experiencias, montamos una red que se construye con pensamientos y comportamientos posteriores. Un claro ejemplo es cuando un infante sufre la pérdida de un familiar como puede ser un abuelo en su infancia, un error es trabajarlo como un acontecimiento misterioso y que da miedo por no tener claro el concepto

de muerte y aclarando que se quedó dormido, provocando así el desarrollo de fobias y miedos hacia la noche, a la oscuridad, a quedarnos dormidos...(Ramos Pla, A. 2022)

Esto quiere decir que si a los niños y niñas no se les explica aquello que pueden sentir y se les da permiso para poder sentirlo, se entiende que no se les acompaña en el duelo. Por ello es importante que los infantes aprendan a exteriorizar sus emociones en relación a la muerte. Deben saber que pueden tener sentimientos mezclados y que es importante poder enfrentarnos al reto de superar sus propios miedos para poder avanzar. (Ramos Pla, A. 2022)

La sociedad en la que vivimos actualmente no es igual a la que vivían hace años. Es por ello que debemos emplear una metodología de enseñanza acorde a la sociedad actual en la que vivimos. Además de trabajar la educación emocional es importante que vaya acompañada de la cultura del pensamiento, la cual nos va ayudar a desarrollarnos como personas.

Nuestro sistema educativo tradicionalmente se centra en el desarrollo cognitivo, desde un punto de vista que se pueda incluir las emociones en el aula. Si que es cierto que en el curriculum no existe ninguna asignatura ni concreción en el que se trabajen de manera individualizada las emociones debido a que es transversal, debiendo los docentes desarrollar capacidades afectivas de manera implícita. (Frutos Lainez, 2021)

La importancia de introducir la cultura del pensamiento nos ayuda a formar a personas que se pueden cuestionar toda la información que les llega, siendo cierta o no, que sea para aprender o no pero que no se conformen con ello y consigan ser capaces de ser críticas y razonen esa información. Para poder llegar al punto de que nuestros alumnos tengan ese pensamiento, debemos estar como maestros formados de manera óptima, pudiendo trabajar el pensamiento visible desde cualquier punto de vista o aspecto dentro del aula. (Frutos Lainez, 2021).

El pensamiento se trata de algo invisible, al igual que puede ocurrir con las circunstancias que incitan al pensamiento (Perkins, 1997). El gran poder que nos da la educación nos permite poder desarrollar desde edades muy tempranas el pensamiento visible.

Según la ORDEN ECD/853/2022, de 13 de junio, por el que se establece el currículo de segundo ciclo de Educación Infantil de Aragón, una de las competencias clave (competencia en comunicación lingüística), hace referencia al trabajo de intercambio comunicativo a partir de conocimientos, destrezas y actitudes que favorecen la aparición de expresiones sobre vivencias, emociones y sentimientos propios y de los demás. Lo mismo

ocurre en la competencia personal, social y de aprender a aprender, donde los niños y niñas trabajan la gestión progresiva de sus propias emociones y sentimientos además de su propia identificación. Por último también podemos verla en la competencia en conciencia y expresión culturales (CCEC), donde los niños y niñas trabajan los sentimientos y emociones a través de diversos lenguajes y distintas formas artísticas. (BOA, 2022)

Por ello, es importante que el alumnado no solo aprenda muchos conocimientos sino que sea capaz de aprender pocos conocimientos seleccionados por el docente. Este aprendizaje se realiza a través de la comprensión, parte fundamental para la cultura del pensamiento en el aula. A raíz de esto, el docente tiene como objetivo que los alumnos consigan integrar sus conocimientos en su día a día y sean capaces de hacerse preguntas y resolver problemas. (Frutos Lainez,2021)

3. JUSTIFICACIÓN

Después de comprender qué es la muerte, el duelo infantil y haber explorado las estrategias y recursos para abordar este tema en el entorno escolar, surge la pregunta de si estas prácticas se aplican de manera efectiva en las aulas o si son simplemente una utopía, lo que indica la necesidad de implementarlas.

El estudio del duelo infantil es crucial porque la muerte es una experiencia universal que afecta a todos, incluidos los niños. Aunque los niños experimentan la pérdida de manera similar a los adultos, cada uno puede expresarla de manera única. Para ellos, tiene un gran impacto emocional y, como educadores, es esencial entender cómo se desarrolla el proceso de duelo en los niños y cómo abordarlo adecuadamente.

A pesar de la importancia de este tema, hay pocos estudios que se enfoquen en el duelo infantil, y aún menos en relación al entorno escolar. Como resultado, ha surgido la necesidad de investigar y profundizar en esta cuestión, especialmente para mejorar futuras prácticas e intervenciones en el aula.

En consecuencia, este trabajo se justifica por la necesidad de crear unidades didácticas que se puedan trabajar en el aula para poder desarrollar de manera más profunda el duelo infantil, siendo de manera más eficaz.

Es importante poder estar a la altura en el momento en el que el duelo entre dentro del aula, estando preparados tanto alumnos y alumnas como docentes del centro escolar. Esta unidad didáctica se va a llevar a cabo en un aula de 5 años, último curso de la etapa de educación infantil.

4. CONTEXTO

4.1. Características del entorno

Esta unidad didáctica se va a llevar a cabo en un colegio público de la provincia de Zaragoza. Se encuentra en la periferia del barrio de San José. El barrio ha ido mejorando con los años ya que históricamente era un barrio donde se vivía de la agricultura, habitando en él, únicamente los trabajadores de este sector.

El barrio de San José es uno de los más conocidos de Zaragoza, España. Está situado al sureste del centro de la ciudad y tiene una rica historia y un carácter vibrante que lo hace único.

A continuación, se destacan algunos aspectos importantes sobre San José:

San José comenzó a desarrollarse como un barrio residencial en la primera mitad del siglo XX. Inicialmente, se caracterizaba por la presencia de pequeñas viviendas y talleres, pero con el tiempo ha crecido y evolucionado significativamente. Durante las décadas de 1950 y 1960, el barrio experimentó un notable crecimiento debido a la llegada de población procedente de otras regiones de España, en busca de trabajo y mejores condiciones de vida.

San José cuenta con una infraestructura bien desarrollada que incluye una amplia gama de servicios y comodidades para sus residentes. Entre estos se encuentran:

- Varios colegios e institutos, así como guarderías y centros de educación infantil tanto públicos como privados.
- Instalaciones médicas y farmacias que cubren las necesidades sanitarias de la población.
- Buenas conexiones de transporte público, incluyendo varias líneas de autobús que facilitan el acceso al centro de Zaragoza y otras partes de la ciudad.
- Numerosos comercios, supermercados, bancos, y pequeños negocios que proporcionan todo lo necesario para la vida diaria.

San José también se destaca por sus espacios verdes y opciones de ocio. El Parque de la Granja es uno de los espacios verdes más importantes del barrio, ofreciendo áreas de juego, zonas de paseo y lugares para el deporte al aire libre. Hay varios centros deportivos y gimnasios, así como campos de fútbol y canchas de baloncesto. El barrio cuenta con centros cívicos y culturales donde se realizan diversas actividades, talleres y eventos comunitarios.

Tiene además, una comunidad activa y diversa. Es conocido por su vida social vibrante y su fuerte sentido de comunidad. A lo largo del año, se celebran diversas fiestas y eventos que reflejan la rica cultura y tradición del área. Estas actividades fomentan la cohesión social y permiten a los residentes participar y disfrutar de su entorno.

Como muchos barrios urbanos, San José enfrenta ciertos desafíos, incluyendo la necesidad de renovación urbana y la mejora continua de infraestructuras y servicios. Sin embargo, el compromiso de sus residentes y las iniciativas locales para mejorar la calidad de vida aseguran que el barrio siga siendo un lugar atractivo y dinámico para vivir.

En resumen, San José es un barrio con una rica historia, una infraestructura bien desarrollada y una comunidad activa. Su mezcla de servicios, espacios verdes y vida cultural lo convierte en un lugar atractivo para vivir en Zaragoza.

El aula donde se va a trabajar es un centro escolar público, ubicado en el epicentro del barrio.

4.2. Características del alumnado

La presente propuesta didáctica está dirigida a los alumnos y alumnas de 3er curso de Educación Infantil, segundo ciclo (5 años). El grupo cuenta con 20 alumnos, 13 niñas y 7 niños.

El modelo lingüístico que se imparte es el modelo BRIT, donde hacen horas en castellano (60%) y horas en inglés (40%).

Las relaciones entre los alumnos y alumnas del grupo-clase son muy buenas y es un grupo sin dificultades remarcables. Es destacable que existe una buena predisposición de ellos para realizar todo tipo de actividades y la variedad de idiomas tanto en el aula como en el patio a la hora del recreo.

A la hora de hablar de la diversidad del aula, no existe ninguna diversidad funcional dentro del aula, siendo destacable un alumno con trastorno del espectro autista. Además, nos encontramos con una variedad de idiomas nativos que nos hará tener especial riqueza cultural.

4.3. Temporalización

Esta unidad didáctica está preparada para la realización en 4 sesiones sin incluir la sesión que se realiza con las familias. De acuerdo al calendario escolar de Aragón del curso 2023-2024, estas sesiones se impartirán en el segundo trimestre del curso. Cada una de las sesiones se llevará a cabo en diferentes semanas, de tal forma que tendremos una temporalización de 4 semanas, finalizando esta última semana con la sesión de las familias.

Hay que tener en cuenta que las sesiones deben de estar planificadas pero debemos ser flexibles a la hora de realizarlas. Esta unidad se trabajará durante los miércoles del mes de febrero de 2024.

A continuación, muestro un cronograma de las sesiones que se van a realizar.

Sesión	Día	Actividad
1	7/02/2024	Conocemos el cuento “El árbol de los recuerdos”
2	14/02/2024	Conocemos la historia de zorro
3	21/02/2024	Somos los personajes
4	28/02/2024	Nuestro árbol de los recuerdos
5	28/02/2024	Taller de sensibilización con familias

5. OBJETIVOS

El objetivo principal que queremos alcanzar con este Trabajo de Fin de Grado es el de conocer qué es el duelo y expresar los sentimientos que les produce, haciéndoles autoconscientes de sus emociones a través del pensamiento visible.

Tal y como aparece en el Real Decreto 95/2022, de 1 de febrero, el objetivo de etapa que deben alcanzar es: descubrir, nombrar y desarrollar sus capacidades emocionales y afectivas.

Los objetivos específicos aparecerán en cada sesión desarrollados antes de la explicación de la misma, adaptándose a la sesión que se desarrolle.

Las áreas que vamos a desarrollar son las siguientes:

- 1: Crecimiento en armonía (CA)
- 3: Comunicación y representación de la realidad (CRR)

6. METODOLOGÍA

La metodología que se trabaja en este curso es el aprendizaje basado en proyectos. Esta metodología se incluyó hace 3 cursos escolares en la etapa de educación infantil. Además de trabajar de esta manera, esta unidad didáctica se desarrolla desde el pensamiento visible, ayudando al alumnado a desarrollarse y poder expresarse de manera autónoma.

El segundo trimestre es cuando se va a realizar esta unidad didáctica. Ahí se trabaja el proyecto de “Los animales”. Dentro del proyecto se trabajan los animales y el ciclo de su vida. Es por ello que como introducción al duelo infantil. De tal manera que dentro de ese proyecto, introduciremos el trabajo en varias sesiones del duelo/muerte. El objetivo de este proyecto es proporcionar a los niños una comprensión completa y realista del ciclo de vida de los animales, lo que incluye el nacimiento, el crecimiento, la reproducción y la muerte. Al abordar la muerte como una parte natural del ciclo de vida de los animales.

A continuación, mostraré las sesiones desarrolladas con los detalles para poder realizarlas con éxito:

*CA: Crecimiento en armonía

*CRR: Comunicación y representación de la realidad

SESIÓN 1: CONOCEMOS EL CUENTO “EL ÁRBOL DE LOS RECUERDOS”	
Temporalización	7 de febrero de 2024
Objetivos didácticos	<ul style="list-style-type: none">- Profundizar en la comprensión auditiva- Introducir lo que será nuestro tema principal
Competencias clave	<ul style="list-style-type: none">- Competencia en comunicación lingüística (CCL)- Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)

<p>Competencia específica</p>	<p>1. <u>Crecimiento en armonía</u></p> <p>CA.2. Reconocer, manifestar y regular progresivamente sus emociones expresando necesidades y sentimientos para lograr bienestar emocional y seguridad afectiva.</p> <p>CA.4. Establecer interacciones sociales en condiciones de igualdad, valorando la importancia de la amistad, el respeto y la empatía, para construir su propia identidad basada en valores democráticos y de respeto a los derechos humanos</p> <p>3. <u>Comunicación y representación de la realidad</u></p> <p>CRR.2. Interpretar y comprender mensajes y representaciones apoyándose en conocimientos y recursos de su propia experiencia para responder a las demandas del entorno y construir nuevos aprendizajes.</p>
<p>Criterios asociados a las competencias</p>	<p>1. <u>Crecimiento en armonía:</u></p> <p>2.1. Identificar y expresar sus necesidades y sentimientos ajustando progresivamente el control de sus emociones.</p> <p>4.5. Participar, desde una actitud de respeto, en actividades relacionadas con costumbres y tradiciones étnicas y culturales presentes en su entorno, mostrando interés por conocerlas</p> <p>3. <u>Comunicación y representación de la realidad</u></p> <p>2.2. Mostrar actitud de escucha atenta y respetuosa, e interés por las comunicaciones de los demás.</p> <p>2.3. Interpretar los mensajes transmitidos mediante representaciones o manifestaciones artísticas, o en formato digital, reconociendo la intencionalidad del emisor y mostrando una actitud curiosa y responsable.</p>
<p>Saberes básicos</p>	<p>1. <u>Crecimiento en armonía:</u></p> <p>D. Interacción socioemocional en el entorno. La vida junto a los demás</p> <p>3. <u>Comunicación y representación de la realidad</u></p> <p>C. Comunicación verbal y oral. Expresión-comprensión-diálogo</p> <p>D. Aproximación al lenguaje escrito</p> <p>E. Aproximación a la educación literaria</p>

<p>Desarrollo de la actividad</p>	<p>En esta sesión dedicaremos la mayoría del tiempo a poder introducir el cuento a través del diálogo en gran grupo. Es de vital importancia poder empezar a analizar el cuento sin haberlo leído. De esta forma, veremos las partes principales de la portada (título, autor, editorial, figuras que aparezcan...) y las iremos apuntando en el mural. Todo ello a través de los alumnos y dejando el diálogo libre para poder sacar más conceptos. Así pues se hará lo mismo con la contraportada. (marcar las cosas que se explican)</p> <p>Una vez que hemos analizado la portada y la contraportada, se sugiere una pregunta para poder realizar diferentes hipótesis acerca de lo que le pasa al zorro (personaje principal) y a todos los demás animales. Ellos mismos son los que levantan la mano y escribiéndolo nosotros, se plasman en forma de lista en el mural donde estarán ya apuntadas las partes importantes de la portada y contraportada.</p>
<p>Agrupación</p>	<p>Gran grupo</p>
<p>Espacio</p>	<p>Aula habitual de 4 años</p>
<p>Recursos materiales</p>	<p>Libro de lectura, mural para poder plasmar el trabajo y ficha en la que ellos puedan marcar las partes principales de la portada y contraportada.</p>
<p>Procedimiento e instrumento de evaluación</p>	<p>La evaluación se ha realizado a través de una observación sistemática, plasmada más tarde en una tabla realizada por el maestro con ítems y criterios de evaluación asociados.</p>

SESIÓN 2: CONOCEMOS LA HISTORIA DE ZORRO

<p>Temporalización</p>	<p>14 de febrero de 2024</p>
------------------------	------------------------------

Objetivo general de la etapa	Descubrir, nombrar y desarrollar sus capacidades emocionales y afectivas.
Objetivos didácticos	<ul style="list-style-type: none"> - Acercar a los alumnos al concepto de la muerte - Dialogar entre los alumnos y alumnas - Enumerar todo tipo de declaraciones que tengan los alumnos y alumnas
Competencias clave	<ul style="list-style-type: none"> - Competencia en comunicación lingüística (CCL) - Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)
Competencia específica	<p>1. <u>Crecimiento en armonía</u></p> <p>CA.2. Reconocer, manifestar y regular progresivamente sus emociones expresando necesidades y sentimientos para lograr bienestar emocional y seguridad afectiva.</p> <p>CA.4. Establecer interacciones sociales en condiciones de igualdad, valorando la importancia de la amistad, el respeto y la empatía, para construir su propia identidad basada en valores democráticos y de respeto a los derechos humanos</p> <p>3. <u>Comunicación y representación de la realidad</u></p> <p>CRR.2. Interpretar y comprender mensajes y representaciones apoyándose en conocimientos y recursos de su propia experiencia para responder a las demandas del entorno y construir nuevos aprendizajes.</p>
Criterios asociados a las competencias	<p>1. <u>Crecimiento en armonía:</u></p> <p>2.1. Identificar y expresar sus necesidades y sentimientos ajustando progresivamente el control de sus emociones.</p> <p>4.5. Participar, desde una actitud de respeto, en actividades relacionadas con costumbres y tradiciones étnicas y culturales presentes en su entorno, mostrando interés por conocerlas</p> <p>3. <u>Comunicación y representación de la realidad</u></p> <p>2.2. Mostrar actitud de escucha atenta y respetuosa, e interés</p>

	<p>por las comunicaciones de los demás.</p> <p>2.3. Interpretar los mensajes transmitidos mediante representaciones o manifestaciones artísticas, o en formato digital, reconociendo la intencionalidad del emisor y mostrando una actitud curiosa y responsable.</p>
<p>Saberes básicos</p>	<p>1. <u>Crecimiento en armonía:</u></p> <p>D. Interacción socioemocional en el entorno. La vida junto a los demás</p> <p>3. <u>Comunicación y representación de la realidad</u></p> <p>C. Comunicación verbal y oral. Expresión-comprensión-diálogo</p> <p>D. Aproximación al lenguaje escrito</p> <p>E. Aproximación a la educación literaria</p>
<p>Desarrollo de la actividad</p>	<p>Lo primero que tendremos que hacer es recapitular y poder recordar lo que se trabajó en la sesión anterior. Nos centramos en las posibles hipótesis de donde puede estar el zorro. De esta forma se lee el mural y se crea un diálogo y pequeñas preguntas que nos permitirá dar un poco más de forma al cuento.</p> <p>Tras este momento introductorio, se hace la primera lectura del cuento. Haremos una lectura continuada de la obra sin pausas ni comentarios porque se trata de la primera lectura y debe ser de toma de contacto.</p> <p>Una vez leído, podremos comprobar qué hipótesis son ciertas y cuáles no respecto al personaje principal, el zorro.</p> <p>A través del diálogo que ellos mismos crean quitando o poniendo hipótesis, trabajaremos las siguientes líneas de la obra: <i>“Zorro cerró los ojos, respiró profundamente y se quedó dormido para siempre”</i>. Para poder abordar el tema principal de nuestra unidad didáctica, hay que pasar por estos puntos para poder llegar al tema principal “la</p>

	<p>muerte”. Así pues, realizaremos otra lista de hipótesis de tal forma que ellos mismos reflexionen sobre esas líneas. (ej: está hibernando).</p> <p>Esto desencadenará en la pregunta “¿Qué es estar muerto?” y abriremos un pequeño debate para poder esclarecer este concepto.</p> <p>Trabajar de manera superficial los personajes, dibujar al personaje con el que más se sientan identificados. Ellos mismos tienen que ser capaces de saber qué es lo que les pasa a los personajes.</p>
Agrupación	Gran grupo
Espacio	Aula habitual de 4 años
Recursos materiales	Rotulador de diferente color a la sesión 1 y el mural donde ir plasmando el trabajo realizado.
Procedimiento e instrumento de evaluación	La evaluación se ha realizado a través de una observación sistemática, plasmada más tarde en una tabla realizada por el maestro con ítems y criterios de evaluación asociados.

SESIÓN 3: SOMOS LOS PERSONAJES	
Temporalización	21 de febrero de 2024
Objetivo general de la etapa	Descubrir, nombrar y desarrollar sus capacidades emocionales y afectivas.
Objetivos didácticos	Ayudar a los alumnos a comprender y manejar sus propias emociones relacionadas con la muerte, así como a desarrollar empatía hacia los demás que puedan estar experimentando el duelo.
Competencias clave	<ul style="list-style-type: none"> - Competencia en comunicación lingüística (CCL) - Competencia personal, social y de aprender a aprender

	(CPSAA)
Competencia específica	<p>1. <u>Crecimiento en armonía</u></p> <p>CA.2. Reconocer, manifestar y regular progresivamente sus emociones expresando necesidades y sentimientos para lograr bienestar emocional y seguridad afectiva.</p> <p>CA.4. Establecer interacciones sociales en condiciones de igualdad, valorando la importancia de la amistad, el respeto y la empatía, para construir su propia identidad basada en valores democráticos y de respeto a los derechos humanos</p> <p>3. <u>Comunicación y representación de la realidad</u></p> <p>CRR.2. Interpretar y comprender mensajes y representaciones apoyándose en conocimientos y recursos de su propia experiencia para responder a las demandas del entorno y construir nuevos aprendizajes.</p>
Criterios asociados a las competencias	<p>1. <u>Crecimiento en armonía:</u></p> <p>2.1. Identificar y expresar sus necesidades y sentimientos ajustando progresivamente el control de sus emociones.</p> <p>4.5. Participar, desde una actitud de respeto, en actividades relacionadas con costumbres y tradiciones étnicas y culturales presentes en su entorno, mostrando interés por conocerlas</p> <p>3. <u>Comunicación y representación de la realidad</u></p> <p>2.2. Mostrar actitud de escucha atenta y respetuosa, e interés por las comunicaciones de los demás.</p> <p>2.3. Interpretar los mensajes transmitidos mediante representaciones o manifestaciones artísticas, o en formato digital, reconociendo la intencionalidad del emisor y mostrando una actitud curiosa y responsable.</p>
Saberes básicos	<p>1. <u>Crecimiento en armonía:</u></p> <p>D. Interacción socioemocional en el entorno. La vida junto a los demás</p> <p>3. <u>Comunicación y representación de la realidad</u></p>

	<p>C. Comunicación verbal y oral. Expresión-comprensión-diálogo</p> <p>D. Aproximación al lenguaje escrito</p> <p>E. Aproximación a la educación literaria</p>
<p>Desarrollo de la actividad</p>	<p>Leer en voz alta el cuento "El árbol de los recuerdos".</p> <p>Leer con atención para poder hacer hincapié en las emociones que experimentan los personajes a lo largo de la historia.</p> <p>Después de la lectura, realizar un diálogo con preguntas lanzadas al aire para crear un diálogo en el aula:</p> <p>¿Cómo se sienten los animales al principio de la historia?</p> <p>¿Qué les sucede a los animales cuando el árbol pierde sus hojas?</p> <p>¿Qué les ayuda a sentirse mejor?</p> <p>¿Qué significan los recuerdos para los animales?</p> <p>Con nuestra ayuda, los alumnos deberán identificar las diferentes emociones que experimentan los personajes a lo largo del cuento.</p> <p>Con ellos, haremos dos dados en los que aparecerán:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. los personajes del cuento 2. las emociones que ellos han identificado <p>De tal forma, en pequeños grupos, lanzarán los dados y cada uno de ellos tomará un rol con un animal y una emoción. Deben crear una pequeña historia que mostrarán a los demás compañeros de la clase.</p>
<p>Agrupación</p>	<p>Gran grupo al principio de la sesión y en el ecuador de la sesión desdoblar para poder trabajar con la mitad de grupo</p>
<p>Espacio</p>	<p>Aula habitual de 4 años y el desdoble en la sala contigua al aula</p>

Recursos materiales	Rotulador diferente a la sesión anterior, mural expuesto en el aula y ficha de escritura de los personajes
Procedimiento e instrumento de evaluación	La evaluación se ha realizado a través de una observación sistemática, plasmada más tarde en una tabla realizada por el maestro con ítems y criterios de evaluación asociados.

SESIÓN 4: NUESTRO ÁRBOL DE LOS RECUERDOS	
Temporalización	28 de febrero de 2024
Objetivo general de la etapa	Descubrir, nombrar y desarrollar sus capacidades emocionales y afectivas.
Objetivos didácticos	<ul style="list-style-type: none"> - Introducir el concepto de muerte - Adaptar sus pensamientos al cuento leído
Competencias clave	<ul style="list-style-type: none"> - Competencia en comunicación lingüística (CCL) - Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)
Competencia específica	<p>1. <u>Crecimiento en armonía</u></p> <p>CA.2. Reconocer, manifestar y regular progresivamente sus emociones expresando necesidades y sentimientos para lograr bienestar emocional y seguridad afectiva.</p> <p>CA.4. Establecer interacciones sociales en condiciones de igualdad, valorando la importancia de la amistad, el respeto y la empatía, para construir su propia identidad basada en valores democráticos y de respeto a los derechos humanos</p> <p>3. <u>Comunicación y representación de la realidad</u></p> <p>CRR.2. Interpretar y comprender mensajes y representaciones apoyándose en conocimientos y recursos de su propia experiencia</p>

	<p>para responder a las demandas del entorno y construir nuevos aprendizajes.</p>
<p>Criterios asociados a las competencias</p>	<p>1. <u>Crecimiento en armonía:</u> 2.1. Identificar y expresar sus necesidades y sentimientos ajustando progresivamente el control de sus emociones. 4.5. Participar, desde una actitud de respeto, en actividades relacionadas con costumbres y tradiciones étnicas y culturales presentes en su entorno, mostrando interés por conocerlas 3. <u>Comunicación y representación de la realidad</u> 2.2. Mostrar actitud de escucha atenta y respetuosa, e interés por las comunicaciones de los demás. 2.3. Interpretar los mensajes transmitidos mediante representaciones o manifestaciones artísticas, o en formato digital, reconociendo la intencionalidad del emisor y mostrando una actitud curiosa y responsable.</p>
<p>Saberes básicos</p>	<p>1. <u>Crecimiento en armonía:</u> D. Interacción socioemocional en el entorno. La vida junto a los demás 2. <u>Comunicación y representación de la realidad</u> C. Comunicación verbal y oral. Expresión-comprensión-diálogo D. Aproximación al lenguaje escrito E. Aproximación a la educación literaria</p>
<p>Desarrollo de la actividad</p>	<p>Para la última sesión de la unidad didáctica, realizaremos un taller de forma que quede plasmado en el aula el trabajo realizado a lo largo de las sesiones.</p> <p>Por última vez, preguntaremos de qué se acuerdan y que es para ellos estar muerto. Los alumnos y alumnas serán los encargados de contar de manera voluntaria experiencias en las que hayan tenido presente la muerte (ej: muerte de un abuelo, de un gato...). De esta forma,</p>

	<p>volveremos a leer sus comentarios y así podremos empezar la actividad.</p> <p>Con una plantilla de hoja que se doble y quede medio abierta, haremos tantas copias como alumnos y alumnas tengamos. Lo haremos en color naranja que representa el color del árbol del zorro. En esas hojas, los alumnos pondrán su nombre y recortarán la forma para que se adecue al mural.</p> <p>Este mural es uno paralelo al que ya habíamos realizado con las explicaciones de las demás sesiones. Se dibujará por parte del maestro el árbol para que se puedan ir pegando las hojas que vayan haciendo los alumnos y alumnas.</p> <p>Así pues, una vez que los alumnos recorten sus hojas, nos juntaremos en el rincón para ir pegandolas. Ya pegadas, cada alumno nos contará en alto (opcional) el recuerdo que quiere plasmar en su hoja, De tal manera, el árbol quedará lleno de sus recuerdos y lo podrán visitar las veces que sean convenientes.</p>
Agrupación	Gran grupo
Espacio	Aula habitual de 4 años
Recursos materiales	Gran mural rotulador diferente a los demás.
Procedimiento e instrumento de evaluación	La evaluación se ha realizado a través de una observación sistemática, plasmada más tarde en una tabla realizada por el maestro con ítems y criterios de evaluación asociados.

SESIÓN 5: TALLER DE SENSIBILIZACIÓN CON FAMILIAS	
Temporalización	29 de febrero de 2024
Tipo de proyecto	Se incluye dentro del proyecto de los animales
Objetivos didácticos	Proporcionar a las familias herramientas prácticas y estrategias de apoyo para ayudar a sus hijos a manejar el duelo de manera saludable.
Desarrollo de la actividad	<p>En esta sesión explicaremos a través de una mesa redonda qué es el duelo infantil, cómo puede manifestarse en los niños y la importancia de abordarlo de manera comprensiva y empática.</p> <p>Será importante también dar a conocer los principales factores que pueden influir en la experiencia de duelo de los niños, como la edad, el desarrollo cognitivo y emocional, y las circunstancias de la pérdida. Se trabajarán estos conceptos desde el diálogo, la comunicación abierta y haciendo partícipes a las familias de ello. Proporcionaremos ejemplos de cómo hablar con los niños sobre la muerte de una manera comprensiva y apropiada para su edad.</p> <p>Además facilitaremos a las familias la comprensión de la importancia de validar y aceptar las emociones de sus hijos durante el duelo, dando ejemplos de cómo validar los sentimientos de tristeza, ira, confusión, etc.</p> <p>Dotaremos a las familias de actividades creativas, como dibujar, escribir o jugar, como formas de ayudar a los niños a expresar y procesar sus emociones. Destacaremos la importancia de mantener rutinas estables y consistentes para los niños durante el duelo, y cómo pueden los padres ayudar en este proceso.</p> <p>Es una sesión para que los padres compartan sus experiencias, preocupaciones y preguntas sobre el duelo infantil. Mostraremos orientación y consejos personalizados según las necesidades de los participantes.</p>

	Finalmente, nos reuniremos todos en un círculo y pediremos a algunos voluntarios que compartan una reflexión final sobre lo que han aprendido durante el taller y cómo planean aplicar esos conocimientos en su vida familiar.
Agrupación	Gran grupo de familias
Espacio	Salón de actos del centro escolar
Recursos materiales	Ordenador, presentación, lugar para realizar el taller, todos los recursos que le queremos mostrar a las familias
Procedimiento e instrumento de evaluación	No se evalúa a las familias pero sí que nosotros como docentes podemos evaluarnos para poder saber donde mejorar para próximas ocasiones.

7. EVALUACIÓN

Es por ello que la evaluación de las sesiones se realiza a través de una observación sistemática, permitiendo así fijarnos en muchos detalles y aspectos para luego plasmarlos en una rúbrica que contenga parte de los objetivos y criterios de evaluación. Esta evaluación se produce una vez terminada la unidad didáctica.

La rúbrica que muestro a continuación es genérica y hace referencia a los criterios de evaluación de las actividades propuestas y realizadas. Si que es cierto que dentro de las observaciones podemos anotar si han conseguido llegar a los objetivos que se han trabajado. Esta rúbrica debe rellenarse de manera individual aunque las actividades hayan sido en gran grupo.

NOMBRE DEL ALUMNO:			
	Conseguido	En proceso	No conseguido
2.1. Identificar y expresar sus necesidades y sentimientos ajustando progresivamente el control de sus emociones.			

Primeros pasos hacia el duelo: Unidad didáctica para Educación Infantil

4.5. Participar, desde una actitud de respeto, en actividades relacionadas con costumbres y tradiciones étnicas y culturales presentes en su entorno, mostrando interés por conocerlas			
2.2. Mostrar actitud de escucha atenta y respetuosa, e interés por las comunicaciones de los demás.			
2.3. Interpretar los mensajes transmitidos mediante representaciones o manifestaciones artísticas, o en formato digital, reconociendo la intencionalidad del emisor y mostrando una actitud curiosa y responsable.			
OBSERVACIONES:			

A continuación, en este apartado paso a comentar el desarrollo de las actividades, las dificultades que me han podido surgir y la evaluación, tanto del alumnado, como de mi propia actividad. Para la evaluación de mis propias actividades he usado la siguiente rúbrica que me permitirá autoevaluarme y poder mejorar de cara a las siguientes sesiones.

	SI	NO
¿Les ha gustado y se han divertido con la actividad?		
¿Les ha parecido o se les ha hecho larga?		
¿Han aprendido algo o les ha sido útil?		
¿Han tenido muchas dificultades?		
¿Volvería a repetirla?		
OBSERVACIONES:		

Después de realizar la rúbrica para evaluarnos como maestros, es importante mirarla una vez hecha para las mejoras que se puedan producir. Realizar una autoevaluación detallada y honesta nos permite identificar fortalezas y áreas de mejora, promoviendo un desarrollo profesional continuo y una mejor experiencia de aprendizaje para los alumnos y alumnas.

8. DISCUSIÓN

La implementación de esta unidad didáctica es muy beneficiosa tanto para los docentes como para los alumnos y alumnas. Ellos, a través de esta unidad, aprenden e integran el ciclo vital, una parte natural de la vida de los animales, al igual que el nacimiento y crecimiento. Esto nos permitirá avanzar y poder ir disminuyendo el estigma asociado a hablar sobre la muerte.

Con esta intervención conseguiremos un gran desarrollo emocional, expresión de las emociones y una comprensión conceptual por parte de los infantes.

Si que es cierto que, nos podemos encontrar con desafíos o limitaciones. Con esto me refiero a que las familias deben aceptar que se va a trabajar este concepto en el aula o incluso para algún alumno o alumna que haya sufrido algún tipo de duelo anteriormente.

Es importante poder adaptar la unidad didáctica a la situación que se viva en el aula. La implementación nos permitirá a los niños y niñas expresar sus emociones sobre la muerte y comprenderla como una parte natural del ciclo de vida. Con este trabajo dentro del aula se quiere llegar a una mayor aceptación y menor ansiedad frente al tema de la muerte. Esto indica que abordar temas difíciles de manera estructurada y sensible puede tener beneficios emocionales y cognitivos significativos para los niños.

La metodología empleada, que incluye actividades lúdicas y reflexivas, resulta efectiva en facilitar la comprensión y la expresión emocional. El enfoque multidisciplinario también fue una fortaleza notable.

La unidad didáctica puede mejorar la comunicación entre el hogar y la escuela y fortalecer el trabajo en equipo entre los docentes. Las familias pueden llegar a expresar una mayor confianza en hablar sobre temas difíciles con sus hijos.

El proyecto ha demostrado que es posible y beneficioso trabajar el tema de la muerte en la educación infantil de manera sensible y adecuada.

9. CONCLUSIONES

La implementación de una unidad didáctica que aborda el tema de la muerte en el contexto de un proyecto sobre los animales en educación infantil ha proporcionado valiosas experiencias y aprendizajes tanto para los alumnos y alumnas como para los docentes.

A continuación, se presentan las principales conclusiones derivadas de esta unidad didáctica:

Comprensión Natural del Ciclo de Vida

- Integración del Ciclo Vital. Los niños han comprendido que la muerte es una parte natural del ciclo de vida de los animales, al igual que el nacimiento y el crecimiento. Este entendimiento ha ayudado a desmitificar la muerte y a presentarla como un proceso biológico inevitable y normal.
- Desarrollo de Conceptos Científicos: A través de actividades y observaciones, los estudiantes han adquirido conocimientos básicos sobre biología y los procesos naturales que rigen la vida y la muerte de los seres vivos.

Desarrollo Emocional y Empatía

- Expresión de Emociones: La unidad ha permitido a los niños expresar sus sentimientos sobre la pérdida y la muerte, contribuyendo al desarrollo de habilidades emocionales y de manejo del duelo.
- Empatía y Compasión: Al hablar sobre la muerte de los animales, los infantes han desarrollado una mayor empatía y compasión, no solo hacia los animales, sino también hacia otras personas y sus propios compañeros.

Habilidades de Comunicación

- Diálogo Abierto: La inclusión de la muerte como tema de discusión ha fomentado un ambiente en el que los niños se sienten cómodos hablando sobre temas difíciles y haciendo preguntas, promoviendo una comunicación abierta.
- Vocabulario Ampliado: Han adquirido nuevos términos y conceptos relacionados con la muerte y el ciclo de vida, ampliando su vocabulario y capacidad de expresión.

Preparación para Futuras Pérdidas

- Resiliencia Emocional: Abordar el duelo en un entorno educativo seguro ha preparado a los niños para enfrentar futuras pérdidas de manera más resiliente, equipándolos con estrategias para manejar sus emociones y entender el proceso de duelo.
- Normalización del Tema: Tratar el tema de la muerte en una edad temprana ha contribuido a normalizar el tema, reduciendo el tabú y la ansiedad asociada a la muerte.

Participación de la Comunidad Educativa

- Implicación de Familias: La colaboración con las familias ha sido crucial para el éxito de la unidad. Los padres y tutores han participado activamente en las actividades y discusiones, fortaleciendo el apoyo emocional y educativo en casa.
- Trabajo en Equipo: El equipo docente ha trabajado de manera colaborativa para diseñar y ejecutar la unidad didáctica, compartiendo recursos y estrategias efectivas para abordar este tema sensible.

Reflexión y Mejora Continua

- Evaluación Continua: La evaluación formativa ha permitido ajustar las actividades y enfoques pedagógicos en función de las respuestas y necesidades de los niños.
- Retroalimentación Positiva: La mayoría de los padres, educadores y los propios niños han proporcionado retroalimentación positiva sobre la unidad, destacando la importancia y la efectividad de abordar la muerte en el contexto educativo.

La inclusión de la muerte en una unidad didáctica sobre los animales en educación infantil ha demostrado ser una estrategia educativa efectiva y beneficiosa. Los niños no solo han aprendido sobre los ciclos de vida de los animales, sino que también han desarrollado habilidades emocionales y sociales cruciales para su desarrollo integral. Este enfoque holístico ha contribuido a preparar a los niños para enfrentar la vida con una mayor comprensión y resiliencia, y ha reforzado la importancia de abordar temas complejos de manera sensible y apropiada desde una edad temprana.

10. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alba, R. M., & Fernández, C. R. (2012). El duelo en la infancia y cómo dar malas noticias. *PediatríaIntegral*, 16(6), 494-e1.
- Alonso-Llácer, L., Lacomba-Trejo, L., & Pérez-Marín, M. (2021). Duelo complicado por la muerte de un hijo: presentación de un caso. *Medicas UIS*, 34(3), 85-92
- American Psychiatric Association [APA]. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Arcal, 2021. La importancia de trabajar la muerte y el duelo en Educación Infantil.
<https://zagan.unizar.es/record/119390/files/TAZ-TFG-2022-2818.pdf>
- Arce, I. G., & Pérez, A. B. (2019). El proceso de duelo: particularidades en la infancia y adolescencia. *Cuadernos Monográficos de Psicobioquímica*, 1(1), 5-11.
- Ávila, M. M., & de la Rubia, J. M. (2013). El significado psicológico de las cinco fases del duelo propuestas por Kübler-Ross mediante las redes semánticas naturales. *Psicooncología*, 10(1), 109.
- Barreto, P., de la Torre, O., & Pérez-Marín, M. (2012). Detección de duelo complicado. *Psicooncología*, 9(2/3), 355.
- Cabodevilla I. Las reacciones de duelo. En Die M. *Psicooncología*. Ades ed. Madrid. 2003.

Cabodevilla, I. (2007). Las pérdidas y sus duelos. In Anales del sistema sanitario de Navarra (Vol. 30, pp. 163-176). Gobierno de Navarra. Departamento de Salud.

Caycedo Bustos, M. L. (2007). La muerte en la cultura occidental: antropología de la muerte. Revista Colombiana de psiquiatría, 36(2), 332-339.

Cid, L. (2011). Explicame qué ha pasado. Guía para ayudar a los adultos a hablar de la muerte y el duelo con niños. Madrid: Cyan Espacios S.L.

De Miguel, J. M. (1995). " El último deseo": Para una sociología de la muerte en España. Reis, 109-156.

Escolar-García, S. (2016). Propuesta de intervención didáctica para el tratamiento de la muerte en 1º de Educación Primaria (Bachelor's thesis).

Escolar-García, S. (2016). Propuesta de intervención didáctica para el tratamiento de la muerte en 1º de Educación Primaria (Bachelor's thesis).

<https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/4281/ESCOLAR%20GARCIA%2C%20SAI%20OA.pdf?sequence=1>

Ferrando Llobera, M. (2016). El duelo infantil en tiempos de guerra.

https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/1616/Ferrando_Llobera_Margalida.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Flórez, S. D. (2002). Duelo. In Anales del sistema sanitario de Navarra (Vol. 25, pp. 77-85).

Frutos Lainez, J. L. D. (2021). El pensamiento visible en educación musical: propuesta de intervención en Educación Infantil.

Garc, M. F. C. (2013). La educación para la muerte. Un reto formativo para la sociedad actual. *Psicogente*, 16(30).

Jesús M. de Miguel 1995. “El último deseo”: para una sociología de la muerte en España

https://www.jstor.org/stable/pdf/40183865.pdf?refreqid=fastly-default%3Af6a9b4ab1d2dfbe9152ebe7ac94c97&ab_segments=&origin=&initiator=&acceptTC=1

Kübler-Ross, E. (1992). Todo final es un luminoso principio. Sirpus Edición

León, A., y Gallego, M. (2018). Cómo abordar la muerte y el duelo con los niños. Síntesis.

Miranda-Díaz, S., Hassan, B. H., Fernández-Alcántara, M., & García-Caro, M. P. (2022).

Actitudes y ansiedad ante la muerte en personas mayores pertenecientes a 2 culturas diferentes: España y Egipto. *Revista Española de Geriátría y Gerontología*, 57(3), 168-173.

Neimeyer, R. A. (2000). Aprender de la pérdida.

https://www.academia.edu/36890522/Aprender_de_la_perdida_Neimeyer

Oviedo Soto, S. J., Parra Falcón, F. M., & Marquina Volcanes, M. (2009). La muerte y el duelo. *Enfermería global*, (15), 0-0. <https://scielo.isciii.es/pdf/eg/n15/reflexion1.pdf>

Pelegrí Moya, M., & Romeu Figuerola, M. (2011). El duelo, más allá del dolor. Desde el

Jardín de Freud-Revista de psicoanálisis.

Perkins, D. (1997). ¿Cómo hacer visible el pensamiento?

Perkins, D.N. y Tishman, S. (2001). Dispositional aspects of intelligence. En S. Messick y

J.M. Collis (eds.). Intelligence and personality: Bridging the gap in theory and

measurement (pp. 233-257). Mahwah, New Jersey: Erlbaum.

Ramos Pla, A. (2022). La Educación Emocional como eje vertebrador de la pedagogía

preventiva o previa a la muerte.

Scalici, E. (2013). La muerte en las diferentes culturas. La muerte y el duelo en las diferentes

culturas.

Siracusa, C. F. (2010). Educación para la muerte: estudio sobre la construcción del concepto

de muerte en niños de entre 8 a 12 años de edad en el ámbito escolar. Propuesta de un programa de intervención.

<https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/4858/18616252.pdf?sequence=1&isAllowed>

Sociedad Española de Cuidados Paliativos. [SECPAL]. (2008). Guía para familiares en duelo.

http://multiblog.educacion.navarra.es/iibarrog/files/2010/05/guia_para_familiares_en_duelo.pdf

Worden, J. W. (s. f.). EL TRATAMIENTO DEL DUELO: Asesoramiento psicológico y

terapia