

# ANTE LA PERDIDA QUE DECIR... QUE HACER...

## GUÍA DEL DUELO EN EL ÁMBITO ESCOLAR

Esta guía ha sido elaborada por Inés García Brisach y Patricia Calvo García en el marco de la VI edición del curso de Intervención Psicosocial en Desastres y bajo la tutorización de Raquel Flores Buils.  
Junio de 2012

## ÍNDICE

<b>1. POR QUÉ ESTA GUÍA</b>	<b>3</b>
<b>2. OBJETIVOS</b>	<b>4</b>
<b>3. EL DUELO</b>	<b>5</b>
3.1 Qué entendemos por duelo	5
3.2 Fases relacionadas con el duelo	7
3.3 Manifestaciones en los procesos de duelo	9
3.3 Duelo patológico	11
<b>4. EL DUELO EN EL AULA</b>	<b>13</b>
4.1. El Duelo del niño/a	15
4.2 Mitos y realidades del proceso de duelo	19
4.3 Papel del profesor en los procesos de duelo	21
4.4 Aspectos a tener en cuenta	25
4.5 ¿Cuándo buscar ayuda profesional?	27
<b>5. RECURSOS</b>	<b>28</b>
<b>6. BIBLIOGRAFIA</b>	<b>31</b>

### ¿POR QUÉ ESTA GUIA?

Con la presente guía se **pretende facilitar información a los/as profesionales del ámbito educativo**, para intervenir y/o **ayudar en los procesos de duelo**, ocasionados por un desastre de Primer Nivel<sup>1</sup>, **en alumnos/as de primaria**, de edades comprendidas entre los 6 y los 11 años.

Situaciones a raíz de las cuales queda afectado el funcionamiento y la estructura social y educativa, siendo necesaria por tanto una re-adaptación de la realidad y la elaboración del suceso.

Se trata de recoger de una manera clara y sencilla, aquella información que nos permita **acercarnos al proceso de duelo**

---

<sup>1</sup> Se trata de un acontecimiento localizado en el que hay muchos damnificados, pero hay recursos sanitarios locales disponibles, adecuados para tratar, estabilizar, evacuar, cribar y medios para un diagnóstico y tratamiento. ¿Qué son Desastres y Catástrofes? Juan J. López-Ibor.

**de los menores**, realidad psicosocial a la que se deben enfrentar los/as niños/as en el momento en que pierden en circunstancias accidentales a sus compañeros/as de clase.

En dicho procesos, es importante el acompañamiento de las personas implicadas, los/as niños/as, siendo esto una tarea compartida entre los centros educativos y el entorno social y familiar del menor. Además, también es conveniente conocer y/o tener en cuenta los recursos socio-educativos existentes, que pueden contribuir positivamente en la tarea encomendada, tanto dentro como fuera del centro escolar.

## OBJETIVOS

A continuación detallar los objetivos de la presente guía:

- Favorecer el camino hacia la normalización de la vida, en los procesos de duelo de los/as niños/as.
- Facilitar a los/as profesores/as del Centro Educativo, una guía que les proporcione pautas de intervención en los procesos de duelo.
- Dotar al profesorado de habilidades para ayudar, apoyar, asesorar, orientar y/o acompañar en los procesos de duelo.
- Recursos externos existentes en la ciudad de Castellón.

### EL DUELO

#### 3.1 ¿Qué entendemos por duelo?

La pérdida de un ser querido es un acontecimiento que nos lleva a tener que aprender a vivir el resto de nuestra vida sin la persona querida. En el momento en el que esto sucede, entendemos que se inicia el duelo, donde se produce una sensación de pérdida, vacío, asombro, confusión y desconcierto, etc.

El duelo es la respuesta natural del ser humano ante la muerte de un ser querido. Es un proceso complejo, no es solo un sentimiento o una vivencia única, sino es una mezcla de sentimientos, ideas, y/o sensaciones, que lleva a un estado de confusión a los adultos y en especial a los/as niños/as.

Un duelo no es únicamente estar tristes ante la pérdida de una persona, es un proceso en el cual la persona se ve obligada a tener que reorganizar su vida.

DEFINICIÓN DE DUELO

Según el DSM-IV-TR (APA, 2005) el duelo es una reacción a la muerte de una persona querida acompañada por síntomas característicos de un episodio de depresión mayor (tristeza, insomnio, pérdida de apetito, pero el estado de ánimo depresivo es considerado normal.

DEFINICIÓN DE DUELO

Para Bucay (2004), el duelo es un proceso normal de elaboración de una pérdida, tendiente a la adaptación y armonización de nuestra situación interna y externa frente a una nueva realidad.

DEFINICIÓN DE DUELO

El duelo, según de la Fuente (2002, citado en Cruz 1989) es un proceso emocional y conductual definido, sujeto a variaciones individuales que dependen del carácter del sujeto con el objeto perdido del significado que tiene para él esa pérdida y del repertorio de recursos de que dispone para contener con ella.

DEFINICIÓN DE DUELO

Freud (1971) se refiere a la experiencia de duelo como la reacción frente a la pérdida de una persona amada o de una abstracción que haga sus veces como la patria, la libertad, un ideal, etc.

## EL DUELO

## 3.2 FASES RELACIONADAS CON EL DUELO

A continuación, se expone las diferentes fases del duelo por las que habitualmente atraviesa una persona ante una pérdida. Concretamente las **cuatro fases del duelo** que planteó Bowlby (1980, 1983):

- **LA FASE 1, “fase de entumecimiento o shock”**: es la fase temprana de intensa desesperación, caracterizada por el aturdimiento, la negación, la cólera y la no aceptación. Puede durar un momento o varios días y la persona que experimenta el duelo puede recaer en esta fase varias veces a lo largo del proceso de luto.

- **LA FASE 2, “fase de anhelo y búsqueda”**: es un periodo de intensa añoranza y de búsqueda de la persona fallecida, caracterizada por inquietud física y pensamientos permanentes sobre el fallecido. Puede durar varios meses e incluso años de una forma atenuada.

- **LA FASE 3 o “fase de desorganización y desesperanza”**: en la que la realidad de la pérdida comienza a establecerse, la sensación de sentirse arrastrado por los acontecimientos es la dominante y la persona en duelo parece desarraigada, apática e indiferente, suele padecer insomnio, experimentar pérdida de peso y sensación de que la vida ha perdido sentido. La persona en duelo revive continuamente los recuerdos del fallecido/a; la aceptación de que los recuerdos son sólo eso provoca una sensación de desconsuelo.

- **LA FASE 4, “fase de reorganización”**: es una etapa de reorganización en la que comienzan a remitir los aspectos más dolorosamente agudos del duelo y el individuo empieza a experimentar la sensación de reincorporarse a la vida, la persona fallecida se recuerda ahora con una sensación combinada de alegría y tristeza y se internaliza la imagen de la persona perdida.

**TABLA 2 FASES DEL DUELO**

<b>FASES</b>	<b>MOMENTO</b>	<b>SÍNTOMAS</b>
<b>Shock o parálisis</b>	<b>Inmediato a la muerte</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Embotamiento afectivo</li><li>• Apatía</li><li>• Agitación</li></ul>
<b>Dolor y alivio</b>	<b>Dos primeras semanas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Aceptación de la muerte</li><li>• Pena y dolor</li><li>• Resignación</li></ul>
<b>Resentimiento</b>	<b>Dos semanas a cuatro meses</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Depresión</li><li>• Ansiedad</li><li>• Irritabilidad</li><li>• Inseguridad</li></ul>
<b>Recuerdo</b>	<b>Tres a doce meses</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Reminiscencias del fallecido</li><li>• Pena</li></ul>

LA RESISTENCIA HUMANA ANTE LOS TRAUMAS Y EL DUELO, Drs.  
Enrique Echeburúa, Paz De Corral y Pedro J. Amor



**EL DUELO****3.3 MANIFESTACIONES EN LOS PROCESOS DE DUELO**

En un sentido amplio podemos entender el duelo y procesos de duelo como el conjunto de representaciones mentales y conductas vinculadas con una pérdida afectiva.

El duelo se manifiesta de forma similar en un niño/a o en un adulto, durante un proceso de duelo no se experimenta un solo sentimiento, sino la conjunción de muchos. No obstante, el/la niño/a viven la comprensión de lo que significa la muerte de distinta manera según la edad y su nivel de razonamiento.

En el duelo normal que puede durar entre uno y dos años, es frecuente que persista una sensación de que el/la muerto/a está presente, ya sea como una compañía constante o en algún lugar específico. También es frecuente una sensación de soledad que nadie puede mitigar; Weiss (1975) diferencia la soledad fruto del aislamiento social, que se puede aliviar

con la compañía, del aislamiento emocional que solo puede ser aliviado con una relación de mutuo compromiso que brinde seguridad.

Así pues, entre las manifestaciones más notorias y/o habituales esta la sensación de pérdida y desamparo, la angustia por la muerte, el deseo de que la persona fallecida regrese, sentimientos de ira, angustia, síntomas físicos, etc.

Al mismo tiempo, destacar que en un proceso de duelo influye en cómo el individuo elabore la pérdida su experiencia personal, las creencias culturales y/o religiosas, contexto socio-familiar, y en especial las causas y circunstancias en las que se produzca la muerte.

Por tanto, todos tenemos distintas formas de enfrentarnos a la muerte de un ser querido, y claramente el aprendizaje adquirido a lo largo de nuestra vida, queda instaurado en nuestra mente en el momento de enfrentarnos a una pérdida. En concreto en los procesos de duelo se cumplen diversos objetivos entre los que se encuentran:

1. Aceptar la realidad de la pérdida

2. Dar expresión al propio duelo: la consciencia, la comprensión, la aceptación, la expresión, la integración.

3. Adaptarse al ambiente en el cual el/la fallecido/a ya no está presente: la consternación y el abatimiento que acompañan a una pérdida significativa son reacciones comprensibles, pero el apartarse del mundo, no beneficia en absoluto. Se deben afrontar los retos que se planteen en una vida distinta.

4. Invertir la energía emotiva en otras relaciones

5. La superación del duelo: en general, se puede afirmar que se ha superado el duelo cuando existe la capacidad de recordar a la persona amada sin llorar ni desconcertarse y cuando se es capaz de establecer relaciones nuevas y de aceptar los retos de la vida.

## DUELO

## 3.4 EL DUELO PATOLÓGICO

Hablamos de duelo patológico cuando la elaboración del duelo no se lleva adecuadamente, y éste según Bowlby (1980), puede adoptar tres formas:

- 1. DUELO CRÓNICO:** La depresión es el síntoma predominante, junto a autorreproches, accesos de cólera, ansiedad y ausencia de pena.
- 2. AUSENCIA DE AFLICCIÓN:** El deudo sigue la vida normalmente, como si nada hubiera pasado, es frecuente que se deshaga de recuerdos y que cuide compulsivamente a alguien que haya tenido alguna pérdida, posteriormente padece algunas dolencias físicas o psíquicas y finalmente cae en la depresión, coincidiendo con el aniversario, otra pérdida menor, al llegar a la edad del muerto, etc.
- 3. EUFORIA:** Ya sea negando la pérdida o alegrándose de ella (defensa maníaca).

En todos los tipos, el duelo permanece inconcluso, ya que el sujeto sigue creyendo que la pérdida puede repararse. En el duelo patológico, es frecuente que la persona que ha sufrido la pérdida tenga un embotamiento de la sensibilidad, aparte su atención hacia cosas agradables y conserve la creencia de que la pérdida no es definitiva.

Entre los predictores del duelo crónico, tenemos; ausencia de respuesta las primeras semanas, un proceso más intenso y desorganizado de lo normal, si la recuperación no comienza al año, si la cólera y el resentimiento persisten después de las primeras semanas, si expresan que nadie les sirve para nada al cabo de unas semanas, la "momificación" (Gorer, 1965), que consiste en dejarlo todo exactamente como estaba antes en el hogar y, finalmente ideas persistentes de suicidio como medio de reunirse con la persona fallecida.

**EL DUELO EN EL AULA**

La muerte de un/a alumno/a, o de un/a profesor/a, afecta a los miembros de la comunidad educativa, causando un gran impacto emocional, e interfiere intensa y directamente en la vida del centro escolar. Esto empeora en aquellas situaciones en las que se producen varios fallecimientos, por circunstancias accidentales y/o traumáticas.

En estas situaciones el apoyo mutuo entre la comunidad educativa y la red tanto familiar como social, es prioritario/primordial.

En ocasiones, algunas personas son reticentes a exponer a los/as niños y niñas a una experiencia que consideran traumática y/o negativa, retirándolos del escenario de dolor. Así pues, la participación de los/as menores estará condicionada en ocasiones por las creencias y/o experiencias de los adultos, llegando a apartarlos con el fin de proporcionarles un escenario de falsa protección.

Pero lo cierto es que en el momento en que se produce la pérdida de personas cercanas, y más en situaciones de desastre, se modifica o altera el ritmo de vida tanto personal como escolar.

En el aula se quedan sillas vacías, temores, miedos e inquietudes y con el tiempo llegan caras nuevas...es posible que no se llame a las cosas por su nombre, incluso que exista información distorsionada, sin tener en cuenta que la fantasía puede convertir el hecho en algo peor que la propia realidad.

**“ Poder llorar la muerte de un ser querido adecuadamente y afrontar la pérdida antes de que se produzca, en el momento en que ocurre y sobre todo después, hace que el niño/a no pueda sentirse culpable, deprimido, enojado o asustado. Cuando ayudamos a nuestros hijos a curarse del dolor que produce la herida emocional más profunda de todas –la muerte de un ser querido -, los estamos dotando de unas capacidades y una comprensión importantes, que le servirán para el resto de sus vidas”. William C. Kroen (1996).**

En el momento en que se produce la pérdida/s de un ser querido debemos saber como darles la noticia a los/as niños/as, y estar atentos a sus demandas y/o necesidades.

En el año 1997 Bolwby expuso que es habitual que después de una pérdida, los niños/as manifiesten ansiedad y estallidos de cólera. La ansiedad se debe a que el niño/a puede temer volver a sufrir una nueva pérdida, lo que le hace más sensible a toda separación de la/s figura/s de referencia. Algunos niños/as, se ponen furiosos/as por el mismo hecho de la pérdida. Es importante que la persona de referencia que sobrevive entienda que los estallidos de ira del menor se deben a la ausencia del fallecido/a y no culpabilice al niño/a al considerar irrazonables sus enfados o atribuirlos a problemas de carácter. Aunque es difícil saber hasta qué punto los niños/as son propensos a culpabilizarse espontáneamente por una pérdida, lo que parece evidente es que, si sus referentes más cercanos se enfadan con frecuencia con el niño/a, probablemente éste tendrá

problemas de autoestima y será más vulnerable a la depresión.

A continuación, se detallan algunas de las manifestaciones que se pueden observar en los/as niños/as:

- Ansiedad, miedo y preocupación en cuanto a la seguridad propia o la de otros, se apega más al maestro o al padre.
- Aumento en el malestar, inusualmente más quejoso, irritable, de mal humor.
- Cambios en la conducta.
- Aumento en el nivel de actividad
- Disminución del nivel de atención y/o concentración.
- Retraimiento de los demás o de actividades, la cual afecta la manera de interactuar con los adultos y compañeros/as de clase.
- Cambio en el rendimiento escolar
- Un cambio en la habilidad de interpretar y responder a las señales sociales.
- Aumento de las quejas somáticas, e.g. dolor de cabeza, dolor de estómago, reacción exagerada a golpes o moretones de poca gravedad.
- Reproducción del trauma (e.g. habla, recrea, o dibuja el evento repetidamente)
- Reacción exagerada o no existente al contacto físico, luz brillante, movimientos bruscos, o ruidos altos (e.g. campanas, portazos, o sirenas)

- Habla y hace preguntas sobre la muerte y el morir
- Revive el trauma (e.j. pesadillas, o recuerdos inquietantes durante el día).
- Sobreexcitación del sistema nervioso (e.j. alteración del sueño, tendencia a sobresaltarse fácilmente).
- Conducta que evita recuerdos del evento traumático (e.j. resiste ir a lugares que evoquen la memoria del evento).
- Entumecido emocionalmente (e.j. aparenta no tener sentimientos sobre el evento)

## EL DUELO SON...

### Sentimientos

- Tristeza
- Enojo
- Culpa
- Ansiedad
- Asombro
- Alivio

### Ideas

- Incredulidad
- Confusión
- Preocupación
- Sentir la presencia del ser querido

### Sensaciones físicas

- Un gran vacío en el pecho
- Presión en el pecho
- Un nudo en la garganta
- Hipersensibilidad a los ruidos
- Una sensación de impersonalidad como que nada es real, incluso uno mismo
- Falta de aire
- Debilidad muscular
- Falta de energía
- Resequedad en la boca

**DUELO EN EL AULA****4.2 MITOS Y REALIDADES DEL PROCESO DE DUELO MENORES**

Los mitos son narraciones utilizadas para explicar y entender nuestro entorno y de este modo dar sentido a nuestra existencia. En el duelo, existen algunos mitos como los que se describen a continuación:

*\*“El sufrimiento y el duelo infantil son de corta duración”.* En realidad, este dolor nunca termina. Mientras los/as niños/as crecen se desarrollan, van descubriendo e incorporando nuevos factores relacionados con la pérdida.

*\*“Los infantes o los/as niños/as pequeños, no son capaces de sufrir o experimentar el duelo”.* Al contrario, los/as niños/as experimentan estas emociones intensamente. Sin embargo, la expresión no verbal de estas emociones no es reconocida por los adultos.

*\*“El trauma causado por la muerte de un ser querido siempre ocasiona trastornos emocionales a largo plazo”.* En realidad, el sufrimiento es una respuesta normal a la muerte de un ser querido. La mayoría de los/as niños/as que reciben apoyo y sienten que sus sentimientos y sienten que sus experiencias son validadas, tienden a desarrollarse normalmente.

*\*“Para ayudar a los niños/as que han perdido a un ser querido, se debe de tener como meta “terminar” con su sufrimiento y duelo”.* En realidad, el duelo y el dolor nunca terminan, son procesos y como tales reaparecen a lo largo de toda la vida. El cariño y la comprensión ayudan a procesar esta experiencia.

\* “Niños/as deben ser protegidos del dolor y el sufrimiento que la muerte lleva con el fin de mantener su inocencia infantil”. Los/as niños/as no pueden ser protegidos de la muerte.



**DUELO EN EL AULA**

**4.3 EL PAPEL DEL PROFESOR O DEL CENTRO EN LOS PROCESOS DE DUELO**

\*"Dada su juventud y resiliencia<sup>2</sup> pueden olvidar fácilmente a la persona fallecida, resolver el duelo rápidamente y seguir con sus vidas". Algunos niños/as olvidan y otros recuerdan.

\*"Cuando se consideran como grupo, niños/as y adolescentes entienden, experimentan y expresan el duelo de la misma manera". El duelo en niños/as y adolescentes es distinto, a diferentes edades en cuanto a comprensión, experiencia y expresión.

El Centro Escolar debe atender de manera inmediata las necesidades del alumnado, y las/os profesoras y profesores deben estar capacitados para ayudar y/o apoyar en el proceso de duelo, así pues deberán:

- Acoger y escuchar sus propios sentimientos, compartirlos con compañeras y compañeros.
- Acoger las emociones y sus expresiones.
- Coordinarse con las familias. Escucharlas, explicarles y compartir con ellas el plan de trabajo. Procurar que todas las versiones de los hechos que reciben los/as niños y las niñas tengan coherencia.

---

<sup>2</sup> La resiliencia significa una combinación de factores que permiten a un niño, a un ser humano, afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida, y construir sobre ellos.

Suárez Ojeda (1995)

- Se puede pedir ayuda a personas expertas, aunque su ayuda debe ser indirecta. Es mejor utilizar los recursos ordinarios del centro y contar entre éstos con las profesoras o los profesores más cercanos al alumnado.
- Fomentar espacios de comunicación. Facilitar lugares y momentos, dejar silencios largos si así lo desean los alumnos y las alumnas.
- Pensar en formas de “despedida” dentro del grupo clase; que ellos hagan propuestas (escribir una carta, comprar flores y llevarlas al cementerio, funeral..., plantar un árbol de recuerdo en un sitio sugerente,).
- Los ritos dependerán de las edades. Valorar la asistencia a los funerales u otros momentos de despedida y su participación en los funerales (poesía, carta colectiva, flores). Valorar cualquier otro tipo de actuación conjunta en la que participe todo el centro, como un minuto de silencio a la entrada, en el patio...
- Es importante la presencia del profesorado en los momentos de dolor: asistir a la inhumación, al crematorio o al tanatorio. Es primordial que acompañen tanto a la familia como al alumnado cuando el fallecido/a es uno de ellos o alguien muy allegado. Su presencia y compañía en el aula cuando las chicas y chicos están reflexionando o se sienten afectados por la pérdida es también fundamental; en estas situaciones, si fuera necesario, habría que contar con la participación de más de un profesional.

- Suspender, en señal de duelo, cualquier acto extraordinario que tuviera programado el centro.

2. Intentar que las acciones que se lleven a cabo se emprendan con la mayor normalidad posible.

Conviene volver cuanto antes a los ritmos normales, aunque esto no quiere decir que debamos actuar precipitadamente o con frialdad. Lo más probable es que la normalidad no tenga, de momento, fecha de llegada.

3.- Niños, niñas y adolescentes tienen capacidad para elaborar y superar el proceso de duelo.

Es necesario tener en cuenta que las capacidades emocionales de las personas no siempre están al mismo nivel de desarrollo que las intelectuales y que, como el resto de capacidades, se concretan de formas diferentes en los distintos sujetos.

4.- Abrir las compuertas de la comunicación.

Comunicación abierta y flexible que ayude a expresar emociones y sentimientos, también la del profesorado. Hablar de sentimientos contribuye a avanzar en el proceso. Para esto lo es mejor crear un ambiente de normalidad. A veces puede ayudar el hecho de reconducir la conversación hacia experiencias positivas compartidas con la persona fallecida. Los primeros días, hablar cuanto sea necesario. Hablar de la muerte con ternura y claridad.

5.- La respuesta educativa, también en este caso, debe contemplar la diversidad del alumnado.

No todos van a vivir la pérdida de igual forma ni todos tienen la misma capacidad de recuperación.

6.- Es necesario llevar a cabo una observación sistemática de los chicos y las chicas.

Con frecuencia afloran sentimientos de culpa por lo que hicieron o dejaron de hacer con la persona fallecida; se puede llegar, incluso, a la negación de la realidad, al bloqueo, etc. Un apoyo y una escucha adecuados permitirán poner en su sitio estas sensaciones y recuperar la normalidad.

7.- Si algún alumno o alumna no evoluciona favorablemente, se debe hablar con la familia y sugerirle, si procediese, ayuda terapéutica externa. Si el niño o la niña cambia de colegio, o de profesoras o profesores dentro del mismo colegio, es necesario llevar a cabo un seguimiento prolongado. En estos supuestos, conviene transmitir al equipo receptor la información obtenida de este seguimiento.

8.- El centro puede, posteriormente, priorizar contenidos educativos implicados en el caso y fomentar, más que nunca si cabe, valores de solidaridad y apoyo entre el alumnado:

- Salud.
- Educación vial.
- Prevención de conductas de riesgo.
- Apoyo incondicional a las demás personas.
- Etc.

Una situación de pérdida en un aula puede crear un entorno propicio para construir sentimientos de solidaridad y contribuir al desarrollo de aprendizajes vitales.

## EL DUELO EN EL AULA

## 4.4 ASPECTOS A TENER EN CUENTA

Hay que ser completamente honestos con el niño/a, acompañar a un niño/a en el duelo significa ante todo **NO APARTARLE** de la realidad que se está viviendo, con el pretexto de ahorrarle sufrimiento. Incluso los/as niños/as más pequeños, son sensibles a la reacción y el llanto de los adultos, a los cambios en la rutina de la casa, del colegio, a la ausencia de contacto físico con la persona fallecida..., es decir, se dan cuenta que algo pasa y les afecta.

No obstante, en el caso de muertes repentinas e inesperadas, solamente, sería aconsejable (aunque no siempre posible en todos los casos) apartar al niño/a durante las primeras horas. El/la niño/a puede y debe percibir que los adultos están tristes, o que lloran, que lo sienten tanto como él, pero evitaremos que pueda presenciar escenas desgarradoras de dolor y pérdida de control de los adultos.

**A continuación se detallan algunos aspectos a tener en cuenta:**

1. En alumnos/as de PRIMER Y SEGUNDO CICLO:

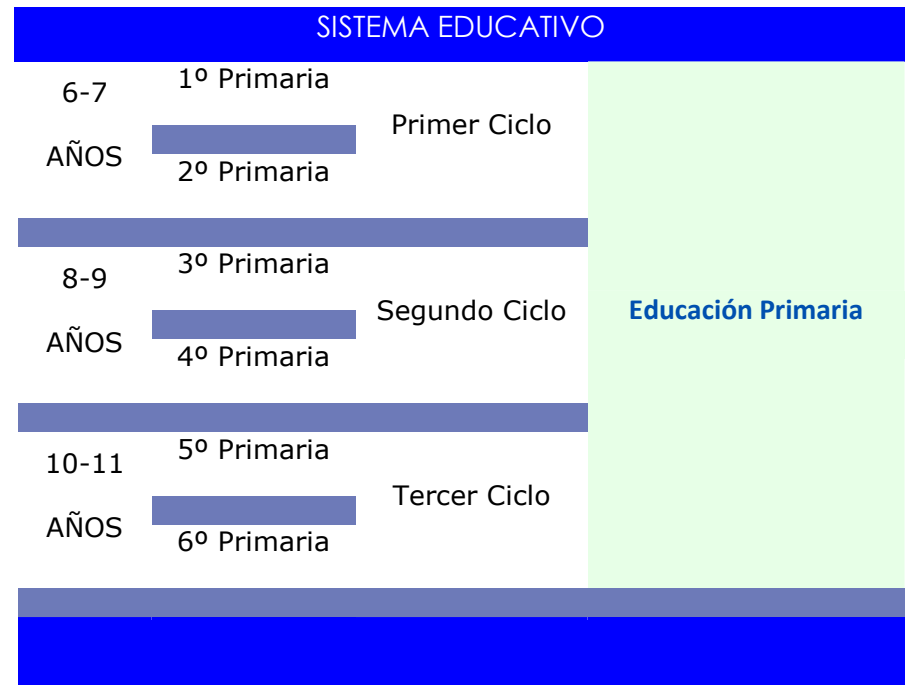
- Lo mejor es comunicar la muerte lo antes posible. Si se ha de hacer en el aula, conviene crear un clima de escucha y de tranquilidad antes de dar la noticia.
- Procede que las maestras y los maestros compartan sus propios sentimientos con el alumnado. Esto va a contribuir favorablemente a que chicos y chicas expresen también los suyos.
- Puede ser adecuado y conveniente hablar de los buenos momentos vividos con la/as persona/as fallecida.

- Explicar la causa de la muerte de manera sencilla y comprensible.
- El tratamiento debe ser el ordinario. Sin embargo, podría ser que ante comportamientos disruptivos o indisciplinados, las correcciones requirieran más tiempo que el habitual.
- Adoptar la actitud de escucha.
- Evitar frases del estilo de: “los niños no lloran”, “ya eres mayor”, “tienes que ser valiente”, “no te pongas así”, “ahora eres tú el hombre de la casa”...

2. En alumnos/as de TERCER CICLO

- Ser paciente si los/as alumnos/as se muestran enfadados/as. A veces será necesario protegerles y no permitir conductas violentas o incontroladas.
- Intentar estar disponible para que puedan expresarse.
- Compartir tus sentimientos con el alumnado.

- Abordar los temores, si es que aparecen.
- Garantizarles confidencialidad.
- Animarles a seguir con las actividades que desarrollan normalmente con las personas de su edad.
- Asegurarles que estarás a su lado cuando te necesiten.



## CONTENIDO

### EL DUELO EN EL AULA

#### 4.5 ¿CUÁNDO BUSCAR AYUDA PROFESIONAL?

Debemos buscar ayuda de profesionales, cuando las reacciones son severas (como emociones intensas de miedo y desesperación) o continúan por mucho tiempo (más de un mes) e interfieren con el funcionamiento, refiera al niño/a a recibir ayuda adicional. La severidad de reacciones puede ser difícil de determinar, ya que algunos niños parecen estar bien (por ejemplo, un niño/a con alto rendimiento académico pase lo que pase). No se sienta que tiene que estar seguro antes de mandar al niño/a a recibir ayuda adicional. Deje que un profesional de la salud mental evalúe si el niño/a se pudiera beneficiar de algún tipo de intervención.

***“DAD PALABRA AL DOLOR: EL DOLOR QUE NO HABLA GIME EN EL CORAZÓN HASTA QUE LO ROMPE”. WILLIAM SHAKESPEARE.***

Artículo: Convivencia/ideas para profes/Duelo en mi aula, Itziar Amonarriz, Mai Caballín, Josu Cabodevilla, Carlos Cristóbal, Irene Labarta, Koldo Martínez, Raquel Mateo, Pepe, Ortega, Fely Paz, Leonor Pérez, Fina Ripoll, Patxi Sanjuán, Cristina Satrústegui

## RECURSOS

A continuación, se detallan algunos de los recursos externos que nos podrían ser útiles en caso de necesidad:

NOMBRE DEL RECURSO:

---

### SERVICIO PSICOPEDAGOGICO ESCOLAR

DEFINICIÓN: El Servicio Psicopedagógico Escolar (S.P.E.s) son equipos de orientación educativa, psicopedagógica y profesional dependientes de la Conselleria de Educación de la Generalitat Valenciana.

Son equipos multiprofesionales que están formados por psicopedagogos/as, profesores/as, psicólogos/as trabajadores sociales, etc. Su ámbito de intervención son los centros de educación infantil, primaria, educación secundaria y educación especial. Son un recurso externo, que va dirigido fundamentalmente al soporte de los centros, familias y alumnos, que presentan necesidades específicas de soporte educativo.

LOCALIZACIÓN:

- SPE. (CO2) 12400330 C/ JOSE PRADAS GALLEN S/N edificio 6º 2 planta, 12006 Castellón de la Plana. 964222557. [12400330@edu.gva.es](mailto:12400330@edu.gva.es)
- S.P.E. (C04) 12400408 C. JOSÉ PRADAS GALLÉN, S/N. - ED. B - 1ª 12006 CASTELLO DE LA PLANA 964244557 [12400408@edu.gva.es](mailto:12400408@edu.gva.es)

NOMBRE DEL RECURSO:

---

### UNIDAD DE SALUD MENTAL INFANTIL Y JUVENIL (USMI O USMI-A)

DEFINICIÓN: Las Unidades de Salud Mental Infantil y de la Adolescencia (USMI o USMI-A), están coordinadas con la Unidad de Salud Mental, con los Equipos de Atención Primaria entre otros, con el fin de garantizar la correspondiente continuidad de los cuidados del menor.



Dichas unidades responden a las características y/o necesidades de la población a la que van dirigidas, con programas e intervenciones diferenciadas y específicas. (Valoración, diagnóstico, tratamiento, rehabilitación y atención domiciliaria. Atención de urgencia, interconsulta con otras especialidades, coordinación con otros recursos asistenciales y no asistenciales (Bienestar Social, Educación, Justicia y otros). Prevención, psicoeducación y promoción de la salud mental. Siendo importante que dispongan de un programa para padres y/o familiares.

**LOCALIZACIÓN:**

Salud mental U.S.M. II-I C/ Moncofar, 39-2ª (C.S. Rafalafena)  
Castellón de la Plana 96 423 39 52 96 422 24 74 12005

Salud mental U.S.M. II-II Av. Dr. Clará, 19 (Hospital Provincial)  
Castellón de la Plana 96 435 97 71 12002

---

---

**NOMBRE DEL RECURSO:**

---

**SERVICIO DE ATENCIÓN A LA FAMILIA E INFANCIA (SEAFI)**

**DEFINICIÓN:** Los Servicios Especializados de Atención a familias con menores en situación de riesgo y con medidas jurídicas de protección (SEAFI's) son equipos interdisciplinarios de carácter municipal. La intervención de estos servicios, en coordinación con los equipos de Servicios Sociales generales, también de carácter municipal, incluirá la atención a las problemáticas relacionadas con menores en situación de riesgo y con medidas jurídicas de protección.

El SEAFI realizará las siguientes técnicas de intervención; orientación psicosocial, mediación y terapia familiar.

**LOCALIZACIÓN:** Según distritos y Equipos Base de referencia.

---

---

---

NOMBRE DEL RECURSO:

---

**SERVEI PSICOPEDAGÓGIC DE ATENCIÓN AL MENOR  
(S.P.A.M.)**

DEFINICIÓN: Entidad sin ánimo de lucro, que lleva trabajando desde el año 2000 dentro del ámbito de los menores y la familia, y está llevando a cabo programas de ámbito provincial subvencionados por la **Consellería de Bienestar Social, Dirección Territorial de Castellón.**

LOCALIZACIÓN: Pza. Constitución 5-Entresuelo 12005 –  
Castellón Tel. 964232467 | Fax. 964252854 |  
[spamedidas@yahoo.es](mailto:spamedidas@yahoo.es) [medioabiertospam@gmail.com](mailto:medioabiertospam@gmail.com)

---

---

## BIBLIOGRAFIA

- ROBLES, J.I. y MEDINA, J.L. (2002). *"Intervención psicológica en las catástrofes"*. Madrid. Síntesis.
- Gómez-Mascaraque; F.J, Corral Torres, E. (2009). *"Apoyo psicológico en situaciones de emergencia"*. Madrid: Arán. RC451.4.D57 A66 2009
- Drs. Enrique Echeburúa, Paz De Corral y Pedro J. Amor *"La Resistencia Humana Ante Los Traumas y El Duelo"*.
- Dan Schaefer-Christine Lyons (2004) *"Cómo contárselo a los niños"*.Ed. Medici
- "William C. Kroen. Ed. Oniro" . 2002 *"Cómo ayudar a los niños a afrontar la pérdida de un ser querido"*.
- E. Huisman- Perrin 2003 *"La muerte explicada a mi hija"*. Barcelona. El Aleph
- LEE, C. (1995). *"La muerte de los seres queridos. Cómo afrontarla y superarla"*. Barcelona. Plaza Janés.
- La Red Nacional de Estrés para el Estrés Traumático Infantil [www.NCTSN.org](http://www.NCTSN.org). Octubre 2008 . *" Caja de Herramientas Para Educadores Para El Manejo de Trauma Infantil"*.
- Artículo: Itziar Amonarriz, Mai Caballín, Josu Cabodevilla, Carlos Cristóbal, Irene Labarta, Koldo Martínez, Raquel Mateo, Pepe, Ortega, Fely Paz, Leonor Pérez, Fina Ripoll, Patxi Sanjuán, Cristina Satrústegui. *"Convivencia/ideas para profes/Duelo en mi aula"*.

- Mata Sadurní Brugué Carles Rostán Sánchez Elisabet Serrat Sellabona, 2008. *"El desarrollo de los niños, paso a paso"*. Editorial UOC
- Iratxe Apraiz Sagarn *"El duelo como ayudar a los niños/as a afrontarlo"*. Curso de Psicoterapia de Familia y de Pareja Escuela Vasco Navarra de Terapia Familiar.

### **Para más información:**

Observatorio Psicosocial de Recursos en Situaciones de Desastre (OPSIDE). Universitat Jaume I. [www.uji.es](http://www.uji.es)  
[opside@uji.es](mailto:opside@uji.es)