

# Las cosas que no me cuentas

Recursos



Francisca José Serrano-Pastor  
y María José Martínez-Segura (coords.)

María Sánchez-Sánchez  
Francisca José Serrano-Pastor  
Adrián Atenza-Martín  
María José Martínez-Segura

# **Las cosas que no me cuentas**

**Propuesta de innovación educativa para  
la pérdida y el duelo**

Colección Recursos, n.º 172

TÍTULO: *Las cosas que no me cuentas. Propuesta de innovación educativa para la pérdida y el duelo*

AUTORÍA: María Sánchez-Sánchez, Francisca José Serrano-Pastor, Adrián Atenza-Martín,  
María José Martínez-Segura

COORDINACIÓN: Francisca José Serrano-Pastor, María José Martínez-Segura

ILUSTRACIONES: Pedro Madrid-Sánchez, con la colaboración de Paula Atenza-Martínez (10 años)

Primera edición: febrero de 2019

© María Sánchez-Sánchez, Francisca José Serrano-Pastor, Adrián Atenza-Martín,  
María José Martínez-Segura

© De esta edición:  
Ediciones OCTAEDRO, S.L.  
Bailén, 5 – 08010 Barcelona  
Tel.: 93 246 40 02  
octaedro@octaedro.com  
www.octaedro.com

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

ISBN: 978-84-17219-70-3  
Depósito legal: B. 5607-2019

Diseño y producción: Editorial Octaedro

Impresión: Ulzama

Impreso en España – *Printed in Spain*

*A nuestros seres queridos, los que están y los que se fueron.*



# Índice

<b>Introducción</b> .....	11
<b>1. Educación para la muerte, la pérdida y el duelo</b> .....	15
1.1. La evolución del concepto de muerte en la infancia.....	17
1.1.1. El concepto de muerte en la etapa de Educación Infantil.....	17
1.1.2. El concepto de muerte en la etapa de Educación Primaria.....	18
1.2. El proceso de duelo.....	19
1.3. Educar a los escolares para la muerte y el duelo.....	23
<b>2. Propuesta metodológica</b> .....	27
2.1. Antes de empezar.....	27
2.2. Estructura y resultados de aprendizaje.....	29
2.3. Actividades.....	31
2.3.1. Fase de inicio.....	32
Actividad 1. El caracol.....	34
Actividad 2. Coloquio visual.....	36
2.3.2. Fase de desarrollo.....	38
Actividad 3. Comenzamos a investigar sobre la vida... ..	41
Actividad 4. ¿Cómo me siento?.....	45
Actividad 5. Investigamos sobre las emociones.....	47
Actividad 6. El día de los muertos.....	50
Actividad 7. Yo también he perdido, ¿y tú?.....	53
Actividad 8. Nuestros sentimientos ante una pérdida..	55

Actividad 9. Lo que nos cuentan las fotos .....	57
Actividad 10. Photocall emocional .....	59
2.3.3. Fase de aplicación .....	61
Actividad 11. Nos ponemos en el lugar del otro .....	62
Actividad 12. Así es la vida .....	64
Actividad 13. Vaya rabieta .....	66
Actividad 14. Un día junto a la ardilla Skipper .....	69
Actividad 15. Para sentirnos mejor... creamos historias ..	71
Actividad 16. Para sentirnos mejor... elaboramos perfumes .....	74
Actividad 17. Para sentirnos mejor... construimos .....	76
Actividad 18. Para sentirnos mejor... nos relajamos ....	78
Actividad 19. Para sentirnos mejor... escribimos .....	80
2.3.4. Fase de revisión .....	83
Actividad 20. ¡Estamos listos! .....	84
Actividad 21. El lado bueno de las cosas .....	89
Actividad 22. ¿Qué hemos aprendido? .....	93
<b>3. Evaluación .....</b>	<b>95</b>
3.1. Antes de empezar .....	95
3.2. Evaluación inicial .....	96
3.3. Evaluación formativa .....	96
3.3.1. Evaluación del alumnado .....	96
3.3.2. Autoevaluación del alumnado .....	96
3.3.3. Evaluación de la intervención .....	98
3.4. Evaluación final .....	100
<b>Recursos literarios y audiovisuales .....</b>	<b>105</b>
Recursos literarios .....	105
Relacionados con la muerte y el duelo .....	105
Relacionados con la separación o el divorcio .....	108
Recursos audiovisuales .....	110
<b>Material para el diseño de la prueba de rendimiento   objetiva .....</b>	<b>113</b>
<b>Referencias .....</b>	<b>133</b>
<b>Sobre los autores .....</b>	<b>137</b>



## Introducción

La educación socioemocional mejora nuestra calidad de vida. Vivir es emocionarse, pero no siempre este «emocionarse» nos humaniza y nos hace crecer como personas con las capacidades adecuadas para gestionar las emociones dañinas. Las situaciones de pérdida y duelo habitualmente nos provocan este tipo de emociones negativas. En nuestra cultura, la muerte suele suscitar respuestas emocionales que tratamos de evitar al dialogar, o incluso al pensar sobre la misma, o que nos empuja a experimentarla según un contexto sociocultural dañino.

Las pérdidas son cotidianas a lo largo de nuestro ciclo vital, sea una muerte real o simbólica. Paradójicamente, desde nuestro nacimiento empezamos a vivir la muerte y las consecuentes situaciones de pérdida y duelo que esta implica. Por ejemplo, al nacer el niño<sup>1</sup> abandona el útero materno y con ello la protección que este le proporcionaba; el neonato trata de buscar las sensaciones prenatales que tenía en el vientre materno y que le eran tan placenteras. Otras tantas situaciones se suceden, como la pérdida o retirada de objetos simbólicos o de apego (el chupete, la mantita, la almohadita, el peluche o el juguete), la separación de las figuras parentales en los primeros días del colegio, la ruptura o el divorcio de los padres, la muerte de la mascota, la caída del primer diente de leche... La vulnerabilidad de

1. Cuando la oposición de sexos no es relevante en el contexto, utilizamos nombres genéricos como «alumno», «profesor», «maestro», etcétera, que se refieren a los dos sexos, sin intención discriminatoria alguna, sino por la aplicación de la ley lingüística de la economía expresiva, tal como establece la Real Academia Española (RAE).

los niños provoca que estas situaciones puedan llegar a ser similares a las sufridas por una pérdida real.

Es cierto. La vida comporta pérdidas, pero estas pueden también reportar ganancias. No nos malinterpreten. No se trata de evitar el dolor, la pena, la tristeza... ese vacío que sentimos ante las experiencias de pérdida y muerte; se trata de vivir el duelo humanizando nuestras propias emociones, aceptándolas y gestionándolas de modo que no nos destruyan al provocarnos odio, baja autoestima, frustración, culpa, etc. y desencadenar efectos o comportamientos tóxicos para nosotros mismos y para quienes nos rodean, en ocasiones hasta irreparables. Desde este planteamiento entendemos la educación para la muerte, la educación socioemocional para la pérdida y el duelo en todas las etapas de la vida.

En las etapas de Infantil y Primaria, la familia y la escuela somos los primeros responsables de la educación emocional de los niños. Debemos brindarles las herramientas que les permitan reconocer sus propias emociones y las de quienes les rodean, aprender a gestionar sus emociones o los contextos socioemocionales que viven y decidir los compartimientos más pertinentes para su adecuado desarrollo cognitivo, social y afectivo.

La cotidianidad de la muerte y el duelo durante la niñez se hace evidente en los cuentos y relatos destinados a este periodo de la vida. Incluso, es difícil encontrar un cuento de la literatura clásica en el que no se produzca una pérdida y el consecuente proceso de duelo; en el que los personajes, con mejor o peor acierto, tratan de gestionar las emociones inherentes al mismo. Este tipo de recursos constituyen el mayor esfuerzo que hasta los últimos años nos hemos encontrado los educadores para hacer frente a la educación para la muerte y el duelo de una forma no intencional, no formal y no contemplada en los currículos de las etapas de Educación Infantil y Primaria.

Hoy por hoy, la educación para la muerte y el duelo se resiste a entrar en las aulas; donde tiene un tratamiento secundario o anecdótico, pese a la multitud de publicaciones que están surgiendo en los últimos años (Atenza, 2017a, 2017b; Camáñez, Cantanero y Soriano, 2012; Carpena, 2018; Esquerda y Agustí, 2012; Fundación Mario Losantos del Campo, 2011; García Brisach y Calvo, 2012; Poch, 2013; Ramos, 2010; Sánchez-Sánchez, Serrano-Pastor y Martínez-Segura, 2017a, 2017b; Serret y Asensio, 2013). Formar sobre este tema no solo ante situaciones trágicas, sino como parte de la vida se torna en una nece-

sidad para evitar que los niños lo conciban como un tabú o como una situación que consciente o inconscientemente hay que evitar porque produce dolor.

En *Las cosas que no me cuentas* presentamos una propuesta práctica destinada a los maestros de Educación Infantil y Educación Primaria que crean en la necesidad de educar socioemocionalmente a sus discentes en el aula, desde el planteamiento que defendemos de la educación para la muerte, la pérdida y el duelo. Se trata de una propuesta flexible, fruto de nuestra experiencia como educadores e investigadores en dichas etapas, para que los profesionales de la educación puedan incorporarla en sus programaciones y desarrollarla desde una perspectiva interdisciplinar, transversal, transcurricular, social y con el uso preferente de metodologías activas. Se apuesta por estas metodologías porque permiten conectar los aprendizajes de la escuela con los otros contextos socioafectivos más próximos y significativos de los niños, entre ellos, el de mayor importancia, el familiar.

Con esta propuesta esperamos contribuir a una adecuada educación socioemocional de los niños y de quienes los acompañamos en su itinerario escolar, aprendiendo y enseñando.



# 1. Educación para la muerte, la pérdida y el duelo

En nuestro contexto sociocultural, dentro y fuera de las escuelas, la muerte habitualmente es un símbolo de decadencia y fracaso, por lo que se evita hablar de ella, se rechaza u oculta; es un tema tabú (Esquerda y Agustí, 2012; Herrán y Cortina, 2006; Ordóñez y Lacasta, 2007). La muerte forma parte del ciclo de la vida, por lo que la no valoración de la primera implica también no apreciar la vida. Por esta razón, Herrán y Cortina (2006: 65) reivindican «abordar la muerte como un contenido de importancia máxima para la vida, en tanto que orientadora de ella». Para ambos autores, cuando una persona construye un concepto adecuado de la muerte, mejora su calidad de vida, pues «comprendiendo significativamente (adecuada, funcional y autónomamente) el sentido de la muerte se vive mejor o al menos más conscientemente, y quizá en la medida en que la conciencia se amplía podrían dejarse de hacer una buena cantidad de estupideces y vilezas egocéntricas» (Ibídem: 65).

La muerte y las pérdidas que experimentan los niños a lo largo de sus vidas los llevan habitualmente a respuestas emocionales como el miedo, el dolor y la angustia (Herrán *et al.*, 2000; Herrán y Cortina, 2006); la ira, la tristeza y la culpa (Esquerda y Agustí, 2012; Fundación Mario Losantos del Campo, 2011) o la frustración y la confusión (Caring Foundation, 2007; Ordóñez y Lacasta, 2007). Ayudar a los niños a reconocer estas emociones en sí mismos y en los demás, a aceptarlas y a gestionarlas de forma pertinente impedirá que estos desarrollen formas de ser, sentir y actuar no deseables.

Este es nuestro planteamiento de la educación para la muerte, la educación socioemocional para la pérdida y el duelo, desde nuestro nacimiento y a lo largo de toda vida.

Vinculado al concepto de muerte se encuentra el de la pérdida. Incluso, este último llega a utilizarse como sinónimo del primero. Sin embargo, las pérdidas no se encuentran únicamente relacionadas con la defunción. Para Esquerda y Agustí (2012), estas pueden ser físicas (enfermedad, amputación...), mentales (pérdida de memoria, incapacidad de razonar...), sociales (pérdida de vínculos afectivos, de bienes), emocionales (mala gestión emocional) y espirituales (crisis espirituales). Por su parte, González Sánchez (2013) diferencian entre las pérdidas sentimentales (divorcios, separaciones, rupturas...), las de carácter material (despidos, cambios de trabajo o de lugar de residencia...), las de índole vital (caída de pelo y dientes, menopausia, jubilación, síndrome del nido vacío...) y las pérdidas por fallecimiento.

En este sentido, también Herrán *et al.* (2000) explican que los niños pueden experimentar sentimientos de pérdida y fragmentación relacionados con situaciones traumáticas, sin que lo sean realmente. Entre estas experiencias se encuentran la caída de los dientes, el corte de pelo y uñas, la pérdida de fluidos y defecación, la retirada o la pérdida de objetos de apego (el chupete, la mantita, etc.), o la separación de las figuras de apego (el inicio de la escolarización, la separación o el divorcio de los padres...). Herrán *et al.* (2000) han denominado estas situaciones de pérdida como muertes parciales, diferenciándolas de las muertes biológicas. La inclusión de estas pérdidas parciales resulta fundamental para comprender la evolución del concepto de muerte en las etapas de Infantil y Primaria.

Por otro lado, las pérdidas y la muerte provocarán dolor, en mayor o menor medida. Este proceso doloroso es el que identificamos con el duelo. De esta manera, el duelo es inherente a los conceptos de pérdida y muerte.

Para Esquerda y Agustí (2012), el duelo es un proceso natural que sigue a una pérdida y provoca un gran impacto emocional en todos los ámbitos de la persona (físico, mental, social, afectivo y espiritual). Otros autores estiman que el duelo es un proceso complejo y largo para la aceptación de una pérdida que incluye variedad de sentimientos, ideas y sensaciones físicas (Caring Foundation, 2007), o el conjunto de fenómenos que muestran las personas en los ámbitos

psicológico, biológico y social tras sufrir una pérdida afectiva (Ordóñez y Lacasta, 2007).

Las pérdidas y la muerte como fuente de dolor, de duelo, variarán fundamentalmente en función del valor de aquello que se ha perdido, de la concepción que se tenga de la muerte y del proceso madurativo de la persona (Esquerda y Agustí, 2012). De aquí que intentemos entender, a continuación, la evolución del concepto de muerte en la infancia y de las fases del proceso de duelo.

## 1.1. La evolución del concepto de muerte en la infancia

El concepto de muerte que tienen los niños experimenta una evolución según su desarrollo cognitivo, social y afectivo. Este proceso evolutivo está mediado por la cultura, las relaciones interpersonales y el avance individual de cada niño. Conocer la progresión del concepto de muerte es fundamental para el diseño de actuaciones que contribuyan a la educación para la muerte, la pérdida y el duelo en los contextos escolares de Educación Infantil (de 0 a 6 años) y de Educación Primaria (de 6 a 12 años), ya que la reacción de los niños ante la muerte y la pérdida va a depender, entre otros aspectos, del concepto de muerte que hayan construido (Esquerda y Agustí, 2012).

### 1.1.1. El concepto de muerte en la etapa de Educación Infantil

Hasta los 2 años, el niño se encuentra en la **etapa sensoriomotriz**, definida por Piaget. Durante la misma, el bebé no tiene capacidad para entender qué es la muerte y las pérdidas, si bien empieza a experimentarlas con el abandono del vientre materno. Pese a su indefensión, los neonatos poseen sorprendentes capacidades físicas, cognoscitivas y sociales que les permiten reaccionar y adaptarse ante los estímulos que se les presentan (Feldman, 2007). Progresivamente, el desarrollo motor y sensorial del niño le permitirá ampliar su horizonte cognoscitivo y descubrir las posibilidades de acción que le brinda una determinada situación; ello influirá en su entorno más allá de sí mismo, pues observará las consecuencias de su conducta y establecerá relaciones sociales hasta lograr la capacidad de representación mental o pensamiento simbólico en la que se imagina los objetos que no ve. Todas estas características hacen fundamental

que las figuras parentales busquemos comunicarnos con el bebé e influyamos en él para proporcionarle estados y situaciones socioemocionales positivas (amor, ternura, afecto, protección, estabilidad, seguridad...). Tales estados y situaciones sentarán las bases necesarias para que los niños puedan ir enfrentándose a las pérdidas de su ciclo vital.

Entre los 2 y los 7 años, los niños se encuentran en la **etapa preoperacional** piagetiana, en la que empiezan a ponerse en el lugar del otro y a emprender acciones en las que asumen roles ficticios y usan objetos simbólicos. Su pensamiento mágico, basado en relaciones simples, de causalidad lineal y arbitrarias, determinan el modo en que interiorizan el mundo que les rodea. Estas capacidades, junto con el egocentrismo que permanece aún muy marcado, llevan a que los niños creen que la muerte es «algo temporal, reversible y con causas externas» (Esquerda y Agustí, 2012: 42). En este sentido también se pronuncian Ordóñez y Lacasta (2007), quienes añaden que los niños de estas edades creen que los muertos presentan emociones y funciones vitales e incluyen pensamientos mágicos en las causas de la muerte.

Para Esquerda y Agustí (2012), los niños de estas edades sienten literalmente las explicaciones sobre la muerte, por lo que los adultos debemos tener cautela y asociar las pérdidas con la inalterabilidad del amor.

### 1.1.2. El concepto de muerte en la etapa de Educación Primaria

En las edades propias de Educación Primaria, los niños se encuentran en la etapa de desarrollo a la que Piaget denomina de las **operaciones concretas** (entre los 7 y 12 años). En este estadio, Feldman (2007) señala que han adquirido la habilidad de descentración o desfocalización; lo que implica una lógica más adecuada y un menor egocentrismo que les permite captar diferentes aspectos de una misma situación. De igual modo, la autoestima manifiesta una clara evolución al verse incrementada en algunas áreas, mientras que en otras ocurre todo lo contrario. En esta línea, Gallardo (2016-2017: 370) afirma que «hacia los 7-8 años [...] los niños empiezan a comprender que hay ciertos acontecimientos que provocan dos sentimientos al mismo tiempo».

Por otra parte, los niños se vuelven más independientes. Así, Feldman (2007: 370) señala que «durante esta etapa, los niños pasan de ser



controlados casi por completo por sus padres a controlar de manera creciente». Este es uno de los mayores desafíos que aparece en los últimos años de la Educación Primaria y se acentuará notablemente en la etapa de Educación Secundaria.

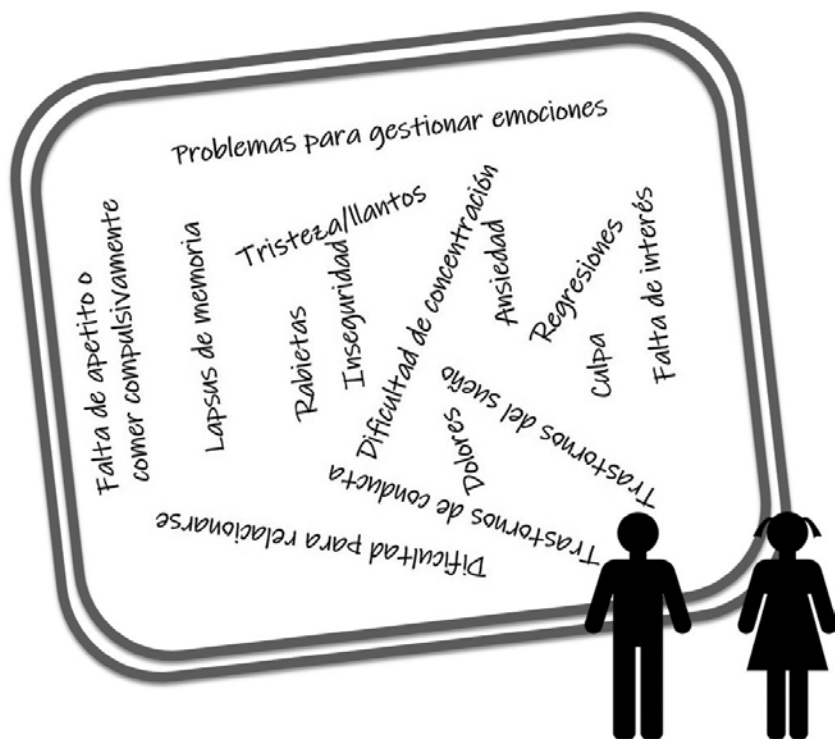
Entre los 6 y los 12 años, se vive una etapa en la que la curiosidad se centra en sí mismos y en todo lo que ocurre a su alrededor. Son capaces de distinguir entre fantasía y realidad, y entienden el concepto de causa-consecuencia, lo que les hace ser más conscientes del alcance de situaciones derivadas de la enfermedad y la muerte, llegando a comprender la irreversibilidad e inexorabilidad de la muerte. Ello los puede llevar a sentir miedo de perder algún ser querido o a su propia muerte (Esquerda y Agustí, 2012).

Ordóñez y Lacasta (2007: 124) diferencian cuatro componentes básicos en la muerte: «1) es irreversible, definitiva y permanente; 2) consiste en la ausencia total de las funciones vitales; 3) es universal, es decir, que nadie escapa de morir». Estos autores consideran que, a partir de los 5 años, los niños comprenden estos elementos, y, por tanto, son capaces de entender las situaciones de pérdida, separación y duelo en la etapa de Primaria. Estos componentes se confirman con los trabajos empíricos realizados por Speece y Brent (1984, citado en Ramos, 2010: 29), quienes diferencian entre cinco subconceptos para entender el concepto de muerte:

- **Universalidad:** La totalidad de los seres vivos mueren.
- **Irreversibilidad:** Cuando ya se ha muerto es imposible volver a vivir.
- **No funcionalidad:** El cuerpo deja de funcionar tras la muerte.
- **Causalidad:** La muerte siempre se produce por alguna causa.
- **Continuación no corpórea:** Algunas creencias religiosas consideran que una parte de la persona, su alma o un concepto similar, no permanece en su cuerpo.

## 1.2. El proceso de duelo

Esquerda y Agustí (2012) y Santamaría (2013) destacan las consecuencias principales que suelen tener los procesos de duelo en los niños, las cuales quedan sintetizadas en la figura 1.



**Figura 1.** Consecuencias del proceso de duelo en la infancia

La tabla 1 sintetiza la relación entre el grado de comprensión de la muerte y las posibles manifestaciones del duelo en los diferentes estadios evolutivos de los niños de las etapas de Infantil y Primaria.

Los niños, al igual que los adultos, tienen que enfrentarse a estas consecuencias y han de aprender a superar sus duelos. Pero ¿en qué consiste superar un duelo? Santamaría (2013: 423) lo explica de esta manera:

Es una experiencia activa de la persona que, con ayuda o sin ella, compartiendo sus experiencias con otros o no, llevará a cabo a lo largo de otro proceso en el que es necesario realizar unas tareas, sobre todo de afrontamiento, que le reportarán un aprendizaje al tener que afrontar de manera activa tareas cognitivas, emocionales, actitudinales y relacionales encaminadas a la aceptación de la pérdida.

## Sobre los autores

**Francisca José Serrano-Pastor.** Doctora en Filosofía y Ciencias de la Educación, profesora titular de Métodos de Investigación en Educación en la Universidad de Murcia y coordinadora del grupo de innovación docente *GIDiscere*, desde el que se desarrollan numerosos proyectos para la mejora de la enseñanza en todas las etapas educativas.

**María José Martínez-Segura.** Doctora en Filosofía y Ciencias de la Educación, profesora titular de Biopatología Infantil y Juvenil en la Universidad de Murcia. Tiene experiencia docente en las etapas de Educación Infantil y Educación Primaria y es miembro del grupo de innovación docente *GIDiscere*.

**María Sánchez-Sánchez.** Maestra de Educación Infantil con Máster Oficial en Investigación e Innovación en Educación Infantil y Educación Primaria. Desarrolla talleres en escuelas sobre educación emocional. En estos momentos, se encuentra culminando su tesis doctoral sobre educación para la muerte y el duelo en la Universidad de Murcia.

**Adrián Atenza-Martín.** Maestro de Educación Primaria con mención en Necesidades Específicas de Apoyo Educativo y titulado del Máster en Investigación e Innovación en Educación Infantil y Educación Primaria en la Universidad de Murcia. Ha participado en proyectos educativos sobre temas de separación y divorcio.