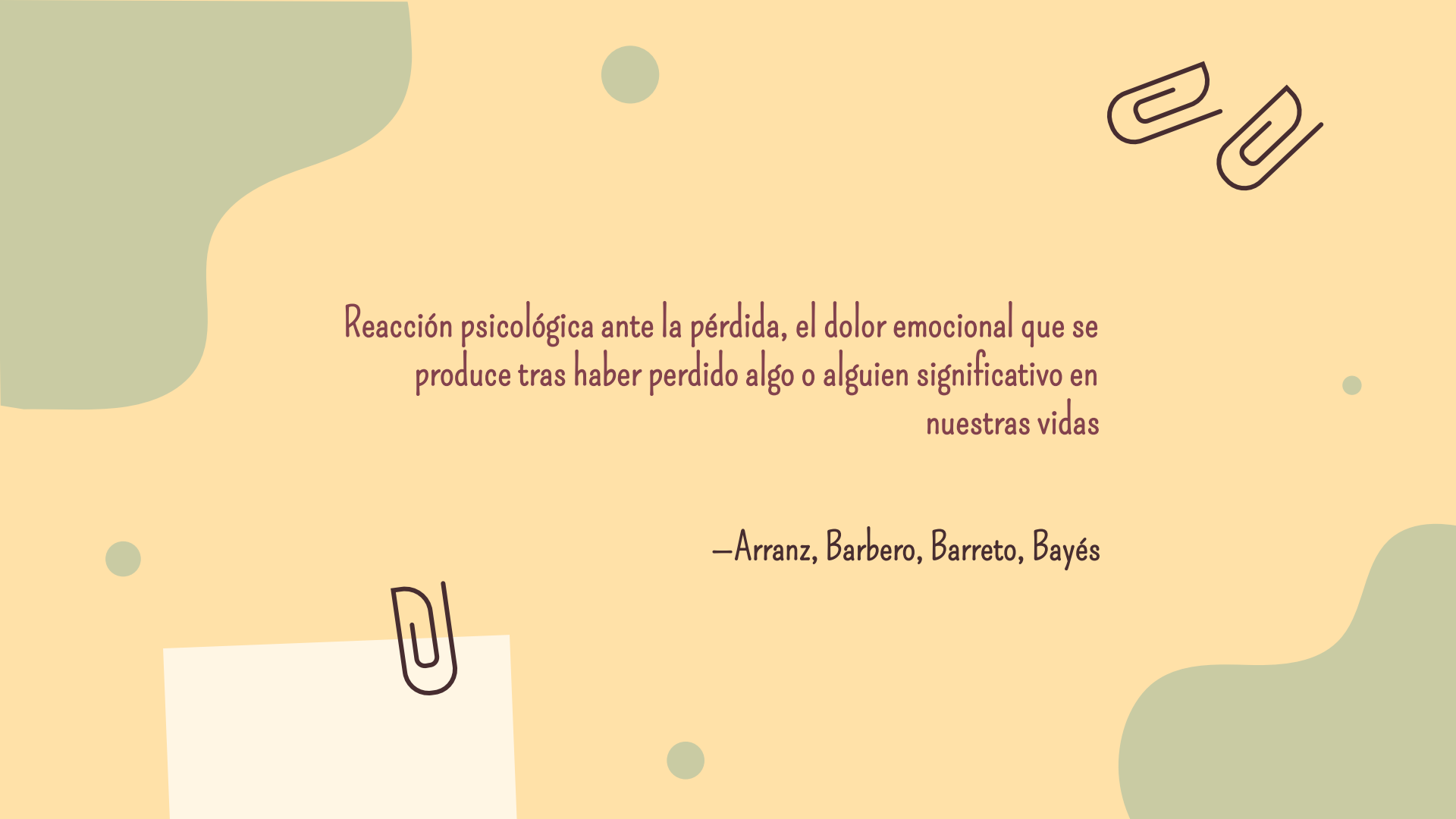


# LA GESTIÓN DEL DUELO EN LA ESCUELA

Pablo Rodríguez  
Col. B-02736  
Psico-oncólogo y Psicoterapeuta especialista en duelo



Reacción psicológica ante la pérdida, el dolor emocional que se produce tras haber perdido algo o alguien significativo en nuestras vidas

—Arranz, Barbero, Barreto, Bayés

# FACTORES DE RIESGO



## SITUACIONALES

- Modo de la muerte
- Ausencia del objeto de duelo
- Duración de la enfermedad y posibles crisis recurrentes
- Recursos materiales escasos
- Duelos estigmatizados

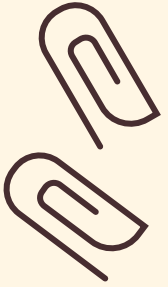


## PERSONALES

- Factores sociodemográficos
- Rasgos de personalidad
- Salud física y mental
- Sistema de creencias
- Escasez de ocio
- Duelos y pérdidas anteriores



# FACTORES DE RIESGO



## INTERPERSONALES

- Relación ambivalente o de dependencia
- Ausencia de apoyo social
- Tipo de vínculo

# REACCIONES ANTE LA MUERTE EN MENORES



De 2 a 6 años

- Perciben la muerte como un estado temporal
- Perplejidad, desean saber cuándo volverá.
- Reacciones de regresión.
- Ambivalencia, “¿podemos ir al parque ya?”
- Expresan sus emociones a través de los juegos.
- Ansiedad de abandono.
- Buscan lazos afectivos en otras personas.
- Comprueban la realidad.
- Aprenden a afrontarlo a través de sus padres.



De 7 a 10

- Negación: felicidad y actividad.
- Agresividad.
- Idealización de la persona fallecida.
- Culpabilidad à pensamiento mágico.
- Miedo y vulnerabilidad à bravuconería o agresividad.
- Preocupación por los demás.
- Reacciones de búsqueda.



# REACCIONES ANTE LA MUERTE EN MENORES



## Preadolescentes y adolescentes

- Sentimientos de pertenencia.
- La ausencia de su padre los hace diferentes.
- Reprimen su dolor y cuidan a los demás.
- Reacciones de rabia y agresividad.
- Miedo a perder al otro padre/madre/abuel@.
- Reacciones y conductas de búsqueda de la persona fallecida..
- Reacciones de evitación
- Culpabilidad al experimentar reacciones propias de la adolescencia

# MANIFESTACIONES DEL DUELO EN MENORES

- Conflictos interpersonales
- Dificultades de rendimiento académico
- Sensación de incompreensión
- Búsqueda de figuras de referencia
- Sensación de no pertenencia
- Conductas de búsqueda de la persona fallecida

# MANIFESTACIONES DEL DUELO EN MENORES

- Dificultades de adaptación a la situación
- No aceptación de los cambios producidos
- Contacto con objetos de vinculación
- Conductas de evitación de lugares/situaciones/personas/emociones
- Sentimientos de culpa
- Reacciones de tristeza
- Ansiedad, fobias...



# DIFICULTADES DEL DUELO EN MENORES

## 1. Dificultades familiares:

- Se ven afectadas las dinámicas familiares
- Se produce la ausencia de una figura que proporciona seguridad
- Sustitución de rol
- Asunción de comportamientos del fallecido
- Los progenitores/tutores están en duelo

## 2. Dificultades personales:

- El duelo supone una desintegración de la propia identidad
- El menor se haya en un proceso de construcción de su yo
- Esta construcción se ve afectada
- Problemas de seguridad, autoestima y sensación de no pertenencia

# DIFICULTADES DEL DUELO EN MENORES

## 3. Dificultades relacionales:

- Problemas con compañeros
- Aislamiento y soledad
- Reacciones de rabia
- Pueden convertirse en víctimas
- Ansiedad por separación

## 4. Dificultades emocionales:

- Problemas para expresar emociones
- Tristeza, rabia, culpa, ansiedad
- No siempre emerge la emoción primaria

# ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DEL DUELO

## 01 EVITATIVAS

Juego y fantasía  
Videojuegos  
Grupo de pares  
Sustancias

## 03 EMOCIONALES

Conectar y expresar el dolor y la pena  
Expresar la rabia

## 02 DE CONEXIÓN

Conductas de búsqueda  
Recuerdos  
Objetos de vinculación  
Hablar de la persona fallecida

## 04 INSTRUMENTALES

Centrados en aspectos prácticos  
Cuidado de los demás



# REACCIONES DE DUELO EN MENORES



De 2 a 9 años

- Reacciones de agresividad desproporcionada.
- Escaso contacto con los demás, cierto aislamiento.
- Excesivas muestras de apego hacia determinadas figuras (profesoras o profesores).
- Verbalizaciones con normalidad sobre la muerte.
- Utilización del juego como vía de expresión de sus preocupaciones.



# REACCIONES DE DUELO EN MENORES



## Preadolescentes y adolescentes

- Expresiones de rabia: gritos, golpes...
- Actitud rebelde
- Ausencia de contacto con otras emociones negativas.
- Conductas de evitación: uso de alcohol, tabaco, drogas.
- Aislamiento: se sienten diferentes al resto.
- Roles difusos: asimilación de conductas y utilización de objetos de la persona fallecida.



# NECESIDADES DE LOS MENORES EN DUELO

1. Tener mis propios sentimientos por la muerte de un ser querido
2. Expresar mis sentimientos a mi manera
3. Hablar de mi dolor siempre que lo necesite
4. Que los demás me ayuden a sobrellevar mi dolor
5. Disgustarme por los problemas normales y cotidianos

# NECESIDADES DE LOS MENORES EN DUELO

6. Sufrir oleadas de dolor
7. Utilizar mis creencias para encontrarme mejor
8. Preguntarme por qué ha muerto
9. Recordar a la persona que ha fallecido y hablar de ella (o no)
10. Seguir adelante y sanar la herida

# REFLEXIONES SOBRE LA MUERTE EN EL AULA

¿estamos preparados para abordarlo?

¿tenemos herramientas de identificación?

¿contamos con estrategias para manejar situaciones de dolor/sufrimiento?

¿esperamos a que se produzca una muerte/pérdida?

¿quién debería ser la figura responsable?

¿hay tiempo/espacio suficiente para abordarlo?





# NIVEL PREVENTIVO

Es necesario contar con un protocolo de prevención e intervención

Incluir la pedagogía de la muerte en el desarrollo curricular

Contar con herramientas formales y personales para abordarlo

Autocuidado



# NIVEL INSTITUCIONAL

Integración de la pedagogía de la muerte

Elaboración un protocolo de intervención

Integración de la atención en duelo dentro del ámbito escolar



# NIVEL INDIVIDUAL

Detección de necesidades

Atención a esas necesidades

Proporcionar un espacio individual para ofrecer apoyo

Acompañamiento



# NIVEL FAMILIAR

Intervención con la familia afectada

Sesión con las familias de la comunidad educativa



# CUANDO SE PRODUCE UN FALLECIMIENTO...

- Primera comunicación a dirección y al resto del equipo directivo
- Comunicación con la familia
- Comunicación al resto del equipo docente
- Planificación sobre cómo se informará al alumnado y familias



# CARACTERÍSTICAS DEL ACOMPAÑAMIENTO

- Expresar condolencias
- Mostrar interés genuino
- Disposición para la escucha y el acompañamiento en cualquier necesidad
- Permitir la expresión emocional
- Proporcionar mensajes de respeto y validación
- Ofrecer un espacio para la narración sobre el fallecido
- Crear un espacio grupal para la expresión y el apoyo mutuo



# PROTOCOLO DE INTERVENCIÓN

1. Comunicación de la noticia
2. Establecimiento de un espacio seguro para el doliente y la familia/allegados
3. Atender necesidades emocionales y prácticas
4. Ofrecer espacio para una sesión grupal con la clase del doliente
5. Atender a la familia y al resto de familias desde la psicoeducación en duelo
6. Asistencia al funeral
7. Organizar un ritual de despedida o un homenaje
8. Contar con y respetar las decisiones del doliente y de la comunidad
9. Hacer seguimiento (posvención)



# HABILIDADES DE INTERVENCIÓN

1. Mirada y escucha sensible:
  - Es necesario aceptar el sufrimiento propio y del otro
  - Aceptar todas las reacciones como normales
  - Presencia y atención presente
  - Proporcionar seguridad y apoyo
  - Respeto





# HABILIDADES DE INTERVENCIÓN

1. Mostrar interés genuino
2. Escuchar y normalizar
3. Acompañamiento en cualquier necesidad
4. Respeto, respeto, respeto
5. Proporcionar un espacio para la escucha y para narrar lo sucedido, el dolor...
6. Proporcionar seguridad



# RITUALES

- Tratar de pactarlo con los alumnos
- Usar su creatividad
- Contar con la opinión de la familia y su presencia en el mismo
- Valorar las herramientas y recursos del centro educativo



# INTERVENCIÓN GRUPAL CON ALUMNOS

- El objetivo es proporcionar pautas y herramientas para afrontar el duelo a nivel grupal
- El mensaje debe ser de respeto hacia lo que hagan los compañeros para llevarlo
- Normalizar la muerte y el duelo
- Con los más pequeños plantear una actividad como el dibujo o la lectura de cuentos



# INTERVENCIÓN GRUPAL CON FAMILIAS

- Dar pautas para manejar su duelo (si es necesario)
- Proporcionar psicoeducación sobre el duelo de sus hijos, lo que es normal y lo que no
- Dar pautas para ayudar a los menores en duelo
- Dar recursos de ayuda



# VUESTRO PROPIO DUELO

- Tenéis derecho a estar en duelo
- Tenéis derecho a vernos afectados por el sufrimiento ajeno
- Tenéis derecho a tener reacciones de duelo
- Tenéis derecho a cuidarnos y ser autocompasivos
- Tenéis derecho a no estar al 100%





# GRACIAS!

¿Tenéis alguna pregunta?

[pblorod@cop.es](mailto:pblorod@cop.es)

[www.terapiaconpablo.com](http://www.terapiaconpablo.com)