

Educación emocional. Abordaje del proceso de la muerte en la escuela

Emotional education. Approach to the process of death at school

José Ramón Guerra Santiesteban, Johanna Zeballos Chang, Carlos Hugo Angulo Porozo, David Aarón Goosdenovich Campoverde, Maritza Alexandra Borja Santillán, Pilar del Rocío Campoverde Palma

Universidad de Guayaquil. Ecuador.

RESUMEN

El tema de la muerte es raramente abordado en las escuelas, existiendo una negación a la misma, propia de valores y arraigos presentes en la sociedad occidental actual. La educación socio-emocional en las escuelas, es un área emergente con escasos programas rigurosos y bien diseñados en relación a la muerte y el duelo; educar hacia el proceso de pérdida y lo que esta genera en las personas, debería incluirse como contenido curricular. Realizar un análisis sistemático sobre las diferentes propuestas metodológicas orientadas a la educación para la muerte.

Palabras clave: educación; pérdida; duelo; escuela.

ABSTRACT

The issue of death is rarely addressed in schools, there is a denial of it, typical of values and roots present in today's Western society. Social-emotional education in schools is an emerging area with few rigorous and well-designed programs in relation to death and grief; educate towards the process of loss and what it generates in people, should be included as curricular content. Carry out a systematic analysis on the different methodological proposals aimed at education for death.

Keywords: education; lost; duel; school.

INTRODUCCIÓN

El entorno escolar, es a menudo el lugar donde los niños y niñas comienzan a establecer sus primeras relaciones, se socializan, crean vínculos e identifican sentimientos y emociones. Los programas educativos actuales, planteados en las escuelas promueven nuevos enfoques didácticos basados en la promoción de la salud,^{1,2} en la que educación emocional se establece como una línea prioritaria de intervención.

En este sentido, la educación en la escuela no trata únicamente de transmitir información, sino que también debe fomentar la motivación, las habilidades personales (sociales, afectivas y cognitivas) y la valoración por uno mismo y por los demás, facilitando cambios hacia actitudes y comportamientos sanos en pro del control y la mejora de la salud.³⁻⁵

La escuela y por ende el sistema escolar, tiene una profunda e irremplazable responsabilidad, estando al mando del cuidado educativo de niños y niñas, adolescentes y jóvenes, preparándoles hacia la vida.⁶ El nuevo concepto de educación socio-emocional (EsE) consiste en un proceso continuo y permanente, que pretende capacitar a la persona para la vida, aumentando su bienestar personal y social.⁷

Este nuevo enfoque educativo hacia las emociones, permite que los niños-as desde edades tempranas, tengan contacto con el significado de las emociones, aceptación de cambios en el estado de ánimo, canalización de sentimientos e incluso la aceptación de la pérdida de un ser querido.

En relación a este último aspecto, el tema de la muerte es raramente abordado en las escuelas, existiendo una negación a la misma, propia de valores y arraigos presentes en la sociedad occidental actual. Por ello, las líneas de intervención en las escuelas con enfoque emocional pueden ser planteadas con intencionalidad de integrar este concepto como tema de reflexión educativa.

De acuerdo con *Díaz*,⁸ los adultos evitan que sus propios hijos tengan un contacto previo a la muerte y se convencen de que los niños-as son demasiado pequeños para entender el concepto de este proceso de pérdida. La sociedad prepara a las personas para la vida, pero nadie enseña a estar preparados para la muerte.

Esta "sobrepotección" contribuye negativamente en el afrontamiento de la muerte de un ser cercano y consecuentemente, en el proceso de elaboración y superación del duelo.

Evitar el tema de la muerte hace a las personas más vulnerables psicológicamente, favoreciendo la inexistencia de estrategias adecuadas para afrontar la muerte ajena y la propia.⁹

Esta negación a la muerte, hace que los niños-as elaboren en solitario sus duelos, impregnados de fantasías aterradoras y se entreguen sin guía a la conceptualización del fenómeno de muerte.¹⁰ *Siracusa*,⁹ afirma que, en la actualidad, la educación a la muerte es inexistente, y no se prepara a los niños-as para entender la muerte como algo necesario, inevitable y natural.

En base a esta realidad, conviene educar hacia el concepto de la muerte, desde los primeros años, restando dramatismo a este acontecimiento inherente a la vida humana. Diseñar talleres educativos que permitan abordar el tema de la muerte en el aula, planteados desde una visión didáctica, pueden ayudar a los niños-as a entender este concepto desde edades tempranas, en las que el juego, el dibujo o la dramatización pueden ser introducidas como herramientas de trabajo en el aula.

El objetivo del presente trabajo es realizar un análisis sistemático sobre las diferentes propuestas metodológicas orientadas a la educación para la muerte.

DISCUSIÓN

Educar sobre el final de la vida

El tabú social de la muerte, se refleja en la escuela como un tabú profesional de forma que la educación actual curricular y oficial no establece la muerte como ámbito formativo, convirtiendo a ésta en algo ajeno a la educación.¹¹ Sin embargo, de acuerdo con *Kübler-Ross*,¹² una adecuada toma de contacto con el concepto de muerte, en los primeros años de escolarización, contribuye a la preparación para la etapa adulta. De forma que el sistema educativo actual, concretamente la educación basada en emociones, debería incluir en sus programas didácticos una conceptualización de la educación para la muerte como un imperativo educativo.

La muerte se entiende como una crisis de la parte integral de la vida, concretamente como algo que irrumpe, que sucede o acontece en la vida cotidiana, y que puede estar presente tanto en las familias, comunidades y escuelas.¹³

Es sabido que la muerte de alguien o separación de un ser querido genera dolor y sufrimiento en los niños-as.¹⁴ Sin embargo, hasta aproximadamente los 6 años, éstos interpretan la muerte como algo irreversible, e intentan buscar una explicación.¹⁵

La incompreensión de la situación que experimenta el niño-a ante la falta de la persona querida puede generar ansiedad y miedo, acompañada de una falta de recursos emocionales para afrontar los cambios.¹⁶ Ante estos hechos, las escuelas y centros educativos pueden ser un eslabón prioritario y de atención temprana en relación a la integración del concepto de la muerte en la educación.

Entre los objetivos que los educadores deberían tener en cuenta para educar sobre la muerte, *Bugen*, establece dos acciones fundamentales:¹⁷

- Ofrecer a los alumnos información adecuada para la comprensión de lo que implica la muerte.
- Ayudar a la aceptación de la misma a través de la legitimación de los sentimientos que la acompañan.
- *Seoane*, establece cuatro aspectos básicos para explicar la muerte a los niños-as, entre estos destaca:¹⁸
 - La muerte es universal. Como estrategia para no generar angustia entre los más pequeños, se puede hablar como algo postergado, que ocurrirá dentro de algunos años.

- La muerte es irreversible. Consiste en que los niños-as entiendan y comprendan que la pérdida no es reversible y que la persona que se va no volverá nunca más.
- Interrupción en las funciones vitales. Se aconseja apelar el sentimiento, "está en nuestro corazón", "en nuestra memoria", "en el recuerdo", ...
- Toda muerte tiene una causa, un por qué.

Los educadores deben mostrar hacia los niños-as una franca comunicación, utilizar recursos que les faciliten la expresión de sentimientos y emociones sobre la pérdida, así como mostrar empatía y reconocimiento hacia los valores, ideas y sentimientos del niño-a frente a esta realidad.¹⁹

Cualidades como la escucha activa, observación, atención y capacidad de respuesta a lo que los niños-as demandan, son necesarias entre el profesorado. De este modo, la comprensión que los niños-as adquieran sobre la compleja realidad de la muerte, va a depender en gran medida (además de su desarrollo evolutivo y madurativo), del ambiente emocional, la empatía con el educador, la confianza para expresar sus ideas y la seguridad de que sus preguntas y preocupaciones serán atendidas con honestidad, serenidad y amor.²⁰

La educación para la muerte se puede orientar desde diferentes recursos didácticos, útiles para cualquier enfoque metodológico. Sin embargo, para favorecer un clima de empatía y confianza, los educadores pueden incluir en sus programaciones de aula, actividades relacionadas con la finitud, que incluyan debates sobre la muerte, conversaciones en las que se pueda plantear abiertamente este tema, dinámicas reflexivas. El planteamiento de actividades de tipo simbólico-creativo (técnicas de relajación, música, poesía, danza, creación de cuentos, pintura, actividad física especializada...), pueden constituir recursos adicionales para liberar diversidad de emociones¹⁰ y situaciones psicológicas asociadas.²¹

Se trata, en definitiva, de favorecer la libre expresión de ideas y sentimientos, además de facilitar información sencilla y precisa que puedan dar respuestas a las preguntas de los alumnos en relación a este tema.

El enfoque del duelo en la escuela

El duelo infantil cursa de forma diferente al del adulto y presenta una expresividad en cada niño-a y en cada etapa madurativa.

La pérdida de un ser querido durante la etapa infantil, es uno de los fenómenos más dolorosos que puede experimentar un niño-a, y que a menudo va acompañado de un fuerte sentimiento de inseguridad.¹⁶ Desde que son pequeños, los niños-as manifiestan preocupaciones por el tema de la muerte, acompañadas de temores aterradores de la pérdida o desaparición.²²

Hablar de pérdida, es sinónimo de duelo y hace referencia a un conjunto de fenómenos que los seres humanos manifiestan en el ámbito psicológico, biológico y social, tras una pérdida afectiva.²³ De acuerdo con *Kroen*,²⁴ las respuestas y reacciones que los niños-as pueden manifestar frente a la muerte dependerán, además de la etapa de desarrollo en la que se encuentre éste, de aspectos como la personalidad, sensibilidad, habilidades de afrontamiento, así como pensamiento abstracto.

Los niños-as que experimentan un duelo, negocian emociones complejas relacionadas con su identidad personal, cultura y de vínculo con el ser querido.²⁵

El duelo en los niños-as afectados por la pérdida de un ser querido, supone una reestructuración de la vida emocional, social y espiritual;¹⁴ por ello un adecuado planteamiento desde el entorno escolar, de manera sencilla y natural sobre este fenómeno de vida y el entendimiento de los sentimientos que genera, puede ayudarles en el proceso de preparación y superación al duelo.

Siguiendo las fundamentaciones de *Arnaiz*, citado por,¹⁰ las escuelas, concretamente el profesorado, tiene posibilidades de ofrecer al alumnado herramientas, perspectivas y planteamientos que favorezcan la inquietud hacia el sentido de la vida,²⁶ en lugar de atemorizarse ante determinados sentimientos.

Para que el planteamiento de la muerte, concretamente del duelo en el aula sea correcto, el profesorado por un lado debe comprender las características diferenciales del desarrollo evolutivo de los niños-as y por otro, debe trabajar conscientemente para favorecer un rol educativo mediante un diseño metodológico experiencial (propias experiencias) adecuado.

Según el psicólogo *Kroen*,²⁴ el duelo infantil, habitualmente aparece acompañado de tres temores muy frecuentes entre los niños-as: ¿causé yo la muerte?, ¿me pasará esto a mí?, ¿quién me va a cuidar?

Además de estos temores, es frecuente que el duelo se manifieste en forma de cambios de conducta o humor, alteraciones en la alimentación y en el sueño o disminución del rendimiento escolar.²³

A continuación, en la tabla se muestra un cuadro resumen que recoge las principales reacciones naturales del duelo en los niños-as.²⁷

Tabla. Cuadro resumen de las principales reacciones naturales del duelo en niños-as según Worden²⁷

<p>SENTIMIENTOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tristeza • Enfado • Culpa y auto-reproche • Bloqueo • Ansiedad • Soledad • Fatiga • Impotencia • Anhelos • Alivio • Insensibilidad • Confusión 	<p>SENSACIONES FÍSICAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Opresión en el pecho • Opresión en la garganta • Hipersensibilidad al ruido • Falta de aire • Debilidad muscular • Falta de energía • Sequedad en la boca • Vacío en el estómago • Sensación de despersonalización
<p>CONDUCTAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Soñar con el fallecido • Evitar recordatorios del fallecido • Suspirar • Llorar • Atesorar objetos que pertenecían a la persona fallecida • Buscar y llamar en voz alta 	<p>PENSAMIENTOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Incredulidad • Confusión • Preocupación • Alucinaciones breves y fugaces • Sentido de presencia

Una propuesta para el abordaje del duelo desde la enseñanza, podría estar basado en las tareas diseñadas por Worden: ²⁷

- Aceptar la realidad de la pérdida.
- Trabajar las emociones y el dolor de la pérdida.
- Readaptarse a un medio donde el fallecido está ausente.
- Recolocar emocionalmente al fallecido y seguir viviendo.

De acuerdo con *De la Herrán y Cortina*,¹¹ el período de duelo debe contar con la planificación del centro docente, y debe contar con la conjunción de varios factores, como la información adecuada de la familia y coordinación con los allegados; formación previa por parte de los miembros de la comunidad educativa en relación a la educación para la muerte, actualización de propuestas metodológicas y recursos didácticos, entre otros.

A continuación, se muestra una serie de recomendaciones generales, que la familia debería tener en cuenta y llevar a cabo con los niños-as que están atravesando un proceso de duelo, algunas de éstas podrían aplicarse igualmente como estrategias a tener en cuenta dentro del marco escolar.

PAUTAS GENERALES PARA LOS NIÑOS EN PROCESO DE DUELO

En las pautas generales para que los niños afronten el proceso de duelo se toma los señalamientos emitidos por *Olivas* y colaboradores,²⁸ describiéndose de forma adaptada a continuación:

- Comunicar lo que ha ocurrido (enfermedad o muerte).
- Utilizar el verbo morir y el adverbio "muy".
- Dejar que el niño-a decida si quiere comunicarse con la persona enferma.
- Dejar que el niño-a decida si quiere asistir o no a la ceremonia.
- Explicar en qué consiste la ceremonia.
- Acompañarle en todo momento explicando lo que acontece y resolviendo sus dudas.

Por último, frente a situaciones dentro del aula en la que uno o varios niños-as puedan estar atravesando una etapa de duelo, las recomendaciones es que el profesorado se mantenga cercano, sin producir agobio en los niños-as, dejándoles su espacio y transmitiéndoles que pueden contar con la ayuda del profesor cuando así lo requieran.¹⁸

CONSIDERACIONES FINALES

La educación socio-emocional en las escuelas, es un área emergente con escasos programas rigurosos y bien diseñados en relación a la muerte y el duelo.

Educar hacia el proceso de la muerte y lo que esta genera en las personas, debería incluirse como contenido curricular.

Es necesario ayudar al niño-a a que exprese sus emociones y sentimientos, normalizando situaciones inherentes a la vida.

En los niños-as el duelo puede manifestarse en forma de llanto continuo, pérdida de interés, alteraciones en el sueño y disminución del rendimiento escolar, entre otros.

Declaración de conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Vega A, Aramendi P, Buján MC, Garín S. La educación para la salud en la ESO: aportaciones de un estudio sobre el país vasco. *Educación XXI*. 2015;18(1):167-88.
2. Junta de Andalucía. creciendo en salud y forma joven en el ámbito educativo. Marco teórico de referencia. [Online]. 2015 [cited 2017 Septiembre 5]. Available from: <http://www.juntadeandalucia.es/educacion/webportal/web/vida-saludable/programas>
3. Siracusa F. 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: Tesis Doctoral; 2010.
4. Feijoo P, Pardo AB. Muerte y Educación. *Tarbiya, revista de investigación e innovación educativa*. 2003;51-76.
5. De la Hernán A, Cortina M. La educación para la muerte como ámbito formativo: más allá del duelo. *Psicooncología*. 2008;5(2-3):409-24.
6. Kübler-Ross E. *Los niños y la muerte* Barcelona: Luciérnaga; 1992.
7. Pardo AB, Feijoo P. La escuela, una amiga en el duelo. *Revista aula de innovación educativa*. 2003;122:1-8.
8. Vara A. El tradicional tópico de la muerte en el aula de Educación infantil: análisis de álbumes ilustrados. *Álabe*. 2016;(14):1-17.
9. Scatena N, Correia M. Incluir la muerte en la escuela. *Margen*. 2011;(61):1-12.
10. Cunill M, Carles B, Royo J, Aymerich M. Modelo IDA para la intervención en el duelo infantil. *Psicosom Psiquiatr*. 2017;(1):6-14.
11. Bugen L. *Death and Dying: Theory, research and practice* Iowa: W.C.B Company Publisher; 1979.
12. Seoane P. La muerte en el aula. *Padres y Maestros*; 2015. p. 30-6.
13. Wolfelt A. *Helping children cope with grief* Indiana: Accelerated Development Inc; 1983.
14. Moraza S. Implicaciones, beneficios y consideraciones de la educación para los niños sobre la muerte. *Revista Puertorriqueña de psicología*. 2003;(14):127-45.
15. Yalom I. *Psicoterapia existencial y de grupo* Barcelona: Paidós; 2000.

16. Ordóñez A, Lacasta M. El duelo en los niños, la pérdida del padre/madre. Duelo en oncología. Dispublic; 2007. p. 121-136.
17. Kroen W. Cómo ayudar a los niños a afrontar la pérdida de un ser querido Barcelona: Oniro; 2002.
18. Selfa M, Fraga FJ, Berengué I. Leer sobre la muerte en la biblioteca de aula: una experiencia práctica de lectura en un aula de Educación infantil. Investigaciones sobre lectura. 2015;(3):83-95.
19. Worden JW. El tratamiento del duelo: asesoramiento psicológico y terapia Barcelona: Paidós; 1997.
20. Díaz I. I ara on és? Com ajudar els nens i adolescents a entendre la mort Barcelona: Viena; 2004.
21. Chamorro Y. Educación para la salud en las organizaciones escolares. Educación. 2010;36:7-19.
22. Rodríguez ÁF, Páez RE, Altamirano EJ, Paguay FW, Rodríguez JC, Calero S, et al. Nuevas perspectivas educativas orientadas a la promoción de la salud. Educación Médica Superior. 2017;31(4):1-13.
23. Torres ÁF, Munive JE, Alberca WV, Díaz MG, Ángulo JR, Morales SC, et al. Adaptaciones curriculares en la enseñanza para alumnos con problemas respiratorios. Revista Cubana de Medicina General Integral. 2017;36(4):1-19.
24. Obregón TC, Lorenzo AF, Rodríguez AM, Morales SC. Habilidades profesionales de intervención clínica según modos de actuación de estudiantes de tercer año de Estomatología. Revista Cubana de Educación Médica Superior. 2017;31(1):153-65.
25. Guerra JR, Gutiérrez M, Zavala M, Singre J, Goosdenovich D, Romero E, et al. Relación entre ansiedad y ejercicio físico. Rev Cubana de Investigaciones Biomédicas. 2017;36(2):169-77.
26. Eraso BE, Chávez ME, Herrera DF, Torres JP, Gallo JG, Armijos LA, et al. ¿Cómo medir la eficacia de la gestión en instituciones de salud? Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas. 2017;36(3):1-7
27. Ortiz García M, Borges Oquendo LD, Rodríguez Ribalta I, Sardiñas Arce ME, Balado Sansón R. Modelo pedagógico para el mejoramiento del desempeño docente con enfoque de competencias en la especialidad de pediatría. Revista Habanera de Ciencias Médicas. 2018;17(1):129-43
28. Olivas MC, Serdà BC, Royo-Isach J, Andreu MA. Modelo IDA para la intervención en duelo infantil. Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatría de enlace. 2017;1:6-14.

Recibido: 20 de diciembre de 2017.

Aprobado: 22 de enero de 2018.

José Ramón Guerra Santiesteban. Universidad de Guayaquil. Ecuador.
Correo electrónico. jose.guerras@ug.edu.ec