



Universidad
**Católica de
Valencia**
San Vicente Mártir

*Educación para la Muerte, esencial
para la Vida: Una Propuesta de
Intervención para Educación
Infantil.*

Presentado por:

D^a ÁNGELA TURRIÓN MARTÍNEZ.

Dirigido por:

Dra. D^a RAQUEL SÁNCHEZ PADILLA.

Valencia, a 22 de abril de 2021.

Facultad de Magisterio y Ciencias de la Educación
Grado en Maestro en Educación Infantil

Índice

Resumen.....	1
Abstract.....	1
Resum.....	2
1. Introducción	3
1.1. Justificación	3
1.2. Estructura y contenido del TFG.....	6
2. Objetivos del TFG.....	8
3. Metodología del TFG.....	9
4. Marco teórico	12
4.1. El duelo: Conceptualización y estudio.....	13
4.1.1. ¿Qué es el duelo?.....	13
4.1.2. Tipos de duelos y sus fases	15
4.1.3. Características del duelo en niños y adolescentes	26
4.2. ¿Qué significa morir?.....	30
4.2.1. Significado de la muerte a nivel biológico	30
4.2.2. Significado de la muerte a nivel social y espiritual	32
4.3. Respuestas ante el duelo	39
4.3.1. Manifestaciones del duelo en niños y adolescentes.....	39
4.3.2. Antes de la pérdida	42
4.3.3. Después de la pérdida.....	44
4.4. El duelo en la educación	47
4.4.1. Características psicosociales en la etapa de Educación Infantil	47
4.4.2. El duelo en el contexto educativo y la necesidad de una Educación para la Muerte	50
4.4.3. Formación de docentes en Educación para la Muerte	53
5. Entrevistas a maestros	56
5.1. Selección de la muestra.....	56
5.2. Guion de la entrevista	57
5.3. Perfil de las entrevistas	59
5.4. Análisis de las entrevistas	61
6. Propuesta de intervención	68

6.1.	Introducción	68
6.2.	Objetivos	69
6.3.	Metodología	70
6.4.	Actividades	72
6.5.	Evaluación	82
7.	Conclusiones	86
8.	Referencias bibliográficas	89

Índice de tablas

Tabla 1. Estructura y Contenido del TFG.....	6
Tabla 2. Objetivos Específicos y Técnicas Empleados	11
Tabla 3. Tipos de duelo.	22
Tabla 4. Fases de	24
Tabla 5. Características de niño y adolescentes en el proceso del duelo en función de su etapa evolutiva.....	28
Tabla 6. El significado de la muerte en diferentes religiones.....	37
Tabla 7. Manifestaciones de niños y adolescentes en el proceso del duelo.	41
Tabla 8. Caracterización de las personas entrevistadas en cuanto a las variables sociodemográficas.	59
Tabla 9. Cronograma y Temporalización.....	81
Tabla 10. Instrumento de evaluación. Guía de observación.....	83
Tabla 11. Cuestionario de Evaluación.....	85

Resumen.

La elaboración de este trabajo de investigación se ha realizado con la finalidad de conocer de qué manera los niños conciben la idea de la muerte, así como la falta de visibilidad y trabajo acerca de la Educación para la Muerte en los centros educativos, y el planteamiento de la misma en Educación Infantil. Se llevará a cabo el estudio sobre lo que sucede durante el proceso del duelo en los niños de dicha etapa, además de conocer las manifestaciones que estos presentan, los diferentes tipos de duelo, la muerte en diferentes culturas y religiones, el significado de la misma a nivel biológico, y social y espiritual. Del mismo modo se realizará una investigación sobre qué sucede antes y después de la pérdida de un ser querido y en relación a ello, las características psicosociales que presentan los niños de la etapa. Otro análisis de gran importancia llevado a cabo en el trabajo es la formación de docentes en Educación para la Muerte y la necesidad de la misma en el contexto educativo. La investigación será apoyada con entrevistas realizadas a profesionales de la educación de un colegio finlandés y un colegio español, y con una propuesta de intervención para abordar el tema de la muerte en Educación Infantil. Se pretende dar cuenta de la importancia y necesidad de la inmersión de la EpM en el sistema educativo, consiguiendo finalmente confirmar la hipótesis planteada al inicio del trabajo, comprobar la poca visibilidad de la muerte y el duelo en el sistema educativo, y, por lo tanto, en los centros escolares.

Palabras clave: EpM, duelo, Educación Infantil, sistema educativo, muerte.

Abstract.

This research work has been carried out with the aim of finding out how children conceive the idea of death, as well as the lack of visibility and work on Education for Death in educational centres, and the approach to it in Early Childhood Education. A study will be carried out on what happens during the grieving process in children at this stage as well as the manifestations they present, the difference types of grief, death in different cultures and religions, the meaning of death on a biological, social and spiritual level. Similarly, research will be carried out on what happens before and after the loss of a loved one and, in relation to this, the psychosocial characteristics of children at this stage. Another very important analysis carried out in the work is the training of teachers in Education for Death and the need for it in the educational context. The research will be supported by

interviews with education professionals from a Finnish school and a Spanish school, and an intervention proposal to address the issue of death in Early Childhood Education. The aim is to show the importance and necessity of the immersion of Education for Death in the educational system, finally managing to confirm the hypothesis put forward at the beginning of the work, to verify the lack of visibility of death and bereavement in the educational system and, therefore, in schools.

Key words: Education for Death, bereavement, Early Childhood Education, education system, death.

Resum.

L'elaboració d'aquest treball de recerca s'ha realitzat amb la finalitat de conèixer de quina manera els xiquets conceben la idea de la mort, així com la falta de visibilitat i treball sobre l'Educació per a la Mort en els centres educatius, i el plantejament de la mateixa en Educació Infantil. Es durà a terme l'estudi sobre què succeeix durant el procés del duel en els xiquets d'aquesta etapa, a més de conèixer les manifestacions que aquests presenten, els diferents tipus de duel, la mort en diferents cultures i religions, el significat de la mateixa en l'àmbit biològic, social i espiritual. De la mateixa manera es durà a terme una investigació sobre què succeeix abans i després de la pèrdua d'un ser estimat i en relació amb això, les característiques psicosocials que presenten els xiquets de l'etapa. Un altre anàlisi de gran importància dut a terme en el treball és la formació de docents en Educació per a la Mort i la necessitat de la mateixa en el context comunicatiu. La investigació serà secundada amb entrevistes realitzades a professionals de l'educació d'un col·legi finlandès i un col·legi espanyol, i amb una proposta d'intervenció per a abordar el tema de la mort en Educació Infantil. Es pretén donar compte de la importància i necessitat de la immersió de l'Educació per a la Mort en el sistema educatiu, aconseguint finalment confirmar la hipòtesi plantejada a l'inici del treball, comprovar la poca visibilitat de la mort i el duel en el sistema educatiu, i, per tant, en els centres escolars.

Paraules clau: Educació per a la Mort, duel, Educació Infantil, sistema educatiu, mort.

1. Introducción

1.1. Justificación

La Educación para la Muerte (EpM) se define como la comprensión e integración de la muerte en el ámbito educativo, social y escolar, así como, la formación de educadores y familias, con el fin de conseguir un mayor desarrollo en las personas y cooperar en humanidad mediante propuestas didácticas adaptadas (García y Aura, 2010).

El interés por tratar el tema del duelo, nace tanto de la curiosidad por saber de qué manera los niños conciben la idea de la muerte, una pérdida, como por el gran desconocimiento y falta de trabajo e indagación por parte de los centros escolares. Para abordar cierta situación tan difícil y complicada, se requiere grandes conocimientos y herramientas, que durante mis años de prácticas y mi periodo como estudiante no he podido apreciar. Por ello, desconocía recursos y técnicas para poder abordar este tema en el aula, un tema de gran importancia ya que convivimos con él en nuestro día a día, aspecto que todavía me creaba más inquietudes y dudas sobre cómo trabajarlo con los estudiantes. Por tanto, es imprescindible conocer la importancia que tiene dicho concepto y hecho, en la vida cotidiana de los seres humanos, centrándome en los niños en este caso.

Poch y Herrero (2003), hacen un análisis de las respuestas obtenidas en las entrevistas realizadas a diferentes maestros acerca de la EpM. En las respuestas resalta el reclamo por parte de los mismo de la enseñanza en la EpM, así como la preparación en la EpM de los maestros, para poder tener dominio sobre ello y llevarlo al aula. Generalmente, la inseguridad y el gran desconocimiento sobre cómo trabajar y ayudar con dicho tema, son las reacciones que destacan en el profesorado. Estos son conscientes de que la falta de material y recursos y la escasa preparación y formación, son los causantes de la dificultad a la hora de trabajar el tema. Dicho esto, una vez se conocen las respuestas y dudas de mayor interés de los entrevistados, debería llevarse a cabo una formación en la EpM para toda la comunidad educativa, profesorado, alumnado y familias.

Son diversos autores (Feijoo y Pardo, 2003; Poch y Herrero, 2003; de la Herrán y Cortina, 2008; Colomo y de Oña, 2014; Colomo, 2016) los que resaltan la importancia de una buena formación en los docentes en este tema. Especialistas como Poch (2009b), defienden que abordar el tema de la muerte en la escuela debe llevar una previa planificación y organización, no puede surgir de la improvisación. Por ello, cada vez

existen más recursos, propuestas y materiales diseñados con ese fin. Estos autores destacan el papel del maestro debido a su gran vínculo directo con el alumnado durante su proceso enseñanza-aprendizaje, pasando por el proceso de formación para concienciar sobre la finitud del ser humano. Como afirma Wass (2004), el hecho de la muerte, es una realidad, un acontecimiento que forma parte de la vida de todo ser humano, por lo que no puede mantenerse al margen del contexto educativo.

Generalmente, la escuela siempre ha dado poca importancia a la EpM, pero de manera más o menos directa, a lo largo de la vida de todo ser humano, estará en contacto con la muerte, ya que es un hecho inevitable y natural de la vida. Este rechazo por parte de la escuela, viene por el gran tabú asociado a este tema, el cual está originado por el miedo en nuestra sociedad, como afirman autores como Poch (2009a) y Cortina et al. (2015).

Caplan (1964) define el duelo como una crisis que todos vamos a experimentar. Dicha crisis implica la ruptura de relaciones y acontecimientos anteriores, dando lugar a la adaptación de la nueva realidad. Esta autora defiende, que, una vez superada una crisis, el individuo progresará y mejorará sus estrategias y técnicas para afrontar y enfrentarse a situaciones similares (Molina, 2012). Aprender sobre dicha situación es concienciarse y hacerse responsable de la vida encontrando en ella plenitud, desarrollándose a su vez la madurez personal (de la Herrán y Cortina, 2006).

Se conoce el origen del ser humano, pero se desconoce hacia donde se va. Los docentes en una situación como una pérdida de los estudiantes, se preguntan grandes cuestiones sobre cómo explicar, trabajar y ayudar al alumnado a pasar y afrontar el proceso. Por ello, los recursos didácticos en EpM son tan urgentes (Colomo et al., 2018).

El primer entorno donde se producen aprendizajes primarios durante la infancia es la familia, el segundo es la escuela. Entre ambos se forma la personalidad del niño, y todos los cambios que se producen en ella, son debidos al desarrollo tanto a nivel personal como cognitivo, así como a la adquisición de valores (Vázquez, 2006). Es por ello, que todo docente necesita formación en la EpM, para poder afrontarlo en las aulas. Teniendo en cuenta siempre, que es un trabajo cooperativo, ya que existe una relación directa entre la familia, el niño y el centro educativo.

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 no pueda sentirse culpable, deprimido 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, les estamos dotando de unas capacidades y una comprensión importantes que les servirán para el resto de sus vidas. (Kroen, 2011, p.27).

Por ello, que el duelo está directamente relacionado con las capacidades tanto individuales, como sociales y de resiliencia, como con la educación emocional.

Para poder cumplir este objetivo, se realizará una propuesta de intervención para trabajar en el aula el duelo, mediante actividades adecuadas para el alumnado de Educación Infantil.

Para evitar sobre cargar el texto, el uso de la terminación en masculino, debe entenderse en ambos sentidos de género.

1.2. Estructura y contenido del TFG

El trabajo se compone de tres bloques. Primeramente, un marco teórico, a continuación, las entrevistas realizadas a profesionales de la educación y, por último, una propuesta de intervención.

En la primera parte, se abordará el duelo desde diferentes perspectivas y tratando diferentes aspectos importantes a conocer, el concepto del duelo, sus tipos y sus características, el significado de la muerte a nivel biológico, social y espiritual, las manifestaciones que presentan los niños durante el duelo, qué sucede antes y después de la pérdida y el duelo en la educación, las características psicosociales de cada etapa y la necesidad e importancia de una EpM y la formación del profesorado para la misma.

En la segunda, se abordará el análisis de las diferentes entrevistas sobre la formación en EpM realizadas al profesorado de un colegio finlandés y un colegio español.

Y finalmente, en la tercera, se planteará una propuesta de intervención en el centro escolar, con el objetivo de ampliar los recursos materiales acerca de este tema, normalizar el tema de la muerte en los centros escolares, ayudar, formar y preparar tanto al alumnado como al profesorado en la EpM.

Tabla 1.

Estructura y Contenido del TFG.

ESTRUCTURA	CAP.	TÍTULO
Introducción	1.1.	Justificación
	1.2.	Estructura y contenido del TFG
Objetivos del TFG	2	
Metodología del TFG	3	
Marco teórico	4.1.	El duelo: Conceptualización y estudio
	4.2.	¿Qué significa morir?
	4.3.	Respuestas ante el duelo
	4.4.	El duelo en la educación
Entrevistas a maestros	5.1.	Selección de la muestra
	5.2.	Guion de entrevista
	5.3.	Perfil de las entrevistas
	5.4.	Análisis de las entrevistas

Propuesta de intervención	6.1.	Introducción
	6.2.	Objetivos
	6.3.	Metodología
	6.4.	Actividades
	6.5	Evaluación
Conclusiones	7	
Referencias bibliográficas	8	

Fuente: Elaboración propia.

2. Objetivos del TFG

Objetivo general:

OG1: Diseñar una propuesta de intervención con la finalidad de trabajar el duelo con el alumnado de Educación Infantil.

OG2: Conocer las nociones claves del proceso del duelo y la importancia y nivel de implantación de la Educación para la Muerte en el sistema educativo español.

Objetivos específicos:

1. Conocer las características del proceso del duelo
2. Analizar el duelo desde el punto de vista psicológico
3. Comprender los distintos tipos de duelo y sus fases
4. Analizar las manifestaciones de los niños antes y después de la pérdida
5. Considerar las características psicosociales de los niños
6. Conocer la importancia de la introducción de la Educación para la Muerte en el sistema educativo
7. Analizar, a partir de entrevista, la formación del profesorado en la Educación para la Muerte

3. Metodología del TFG

La metodología aplicada en el presente trabajo se caracteriza por ser una metodología primeramente basada en una revisión bibliográfica sobre el duelo, para el desarrollo del marco teórico, así como la observación y la entrevista estructurada, siendo los métodos utilizados para alcanzar los objetivos específicos del TFG.

La revisión bibliográfica consiste en la elaboración de un escrito donde debe demostrarse el análisis y la comprensión de otros textos leídos, haciendo un comentario crítico sobre ello.

Según el autor Hart (1998), la revisión bibliográfica es el estudio y selección de diferentes documentos sobre el tema que se quiere abordar, que abarcan datos, información, ideas y cifras, con el fin de expresar opiniones sobre dicho tema y evaluar los documentos en función de los intereses del tema que se está trabajando. A esta idea, se suman los autores Coughlan et al. (2013) quienes añaden la importancia de este método para favorecer y facilitar el desarrollo de marcos teóricos y conceptuales.

Otros autores, Guirao-Goris et al. (2008), consideran que la revisión bibliográfica es un análisis minucioso, crítico y selectivo donde se abarca la información más relevante para la investigación. Argumento al cual se suman Ramos et al. (2003) expresando la finalidad de dicha revisión como el estudio de los documentos bibliográficos y enfocarla desde el punto de vista del trabajo de investigación.

Este método, es considerado la primera fase en un proceso de investigación, puesto que ayuda a la aproximación de un tema, pudiendo comprobar aquello que se conoce y se desconoce sobre el mismo y su evolución. Aveyard (2010) expresa que el estudio de diferentes documentos provoca la comparación de informaciones e inspiración de nuestras ideas.

Respecto al método de la observación, consiste en el uso de los sentidos para obtener así la información necesaria, de forma consciente y dirigida. Van Dalen y Meyer (1988) destacan la importancia de este método en todas las investigaciones, ya que a través de él obtenemos los hechos, piezas imprescindibles en toda investigación.

Como afirman los autores Sierra (2003), la observación en el estudio y la investigación de los acontecimientos o cosas que provocan interés social, realizado mediante los

sentidos del investigador. Idea a la cual Bunge (2007) añade que el objetivo de este método es el estudio de uno o diversos objetos, fenómenos o acontecimientos de la actualidad.

Dentro de la observación existen diferentes tipos. Para este trabajo han sido utilizadas la observación participante, la observación no participante y la observación exploratoria.

Como afirma Bernard (1994), la observación participante implica la intervención activa del investigador, con la finalidad de obtener mayor información y datos sobre el tema que se está investigando. Dicho investigador adopta dos roles, mirar y actuar como observante y como participante. Idea a la cual se suman DeWalt y DeWalt (2002), añadiendo que esta técnica permite al investigador estar en contacto y formar parte en primera persona de los diferentes acontecimientos que se producen acerca del tema a estudiar.

Respecto a la observación no participante, según Ynoub (2015), el investigador adopta un rol pasivo, su función es recoger datos e información sin intervenir ni formar parte de aquello que investiga y observa. Como afirma Rivas (1990), dentro de esta se distingue la observación directa y la indirecta. En la primera de ellas, la investigación se centra en el objeto que va a ser investigado, a diferencia de la observación indirecta, la cual consiste en la toma de datos a partir de documentación vinculada con dicho objeto.

Finalmente, la observación exploratoria como argumenta Hernández et al. (1996) tiene como finalidad realizar el estudio de un tema poco estudiado o nunca estudiado anteriormente. Es útil para el conocimiento de nuevos fenómenos que puedan ser desconocidos o nuevos.

Por otro lado, la entrevista estructurada se centra en la precisión de las variadas y distintas respuestas, mediante las cuales puede recopilarse datos de forma organizada, es decir, cada persona entrevistada tendrá las mismas preguntas, pero diferentes respuestas. Debido a la precisión de las preguntas, puede obtenerse mejor información y realizar un estudio del problema de manera más íntegra y profunda.

Según los autores Lucca y Berríos (2009), la realización de las mismas preguntas a los entrevistados posibilita la comparación de las respuestas y la elaboración de un análisis y una clasificación de forma clara y con mayor facilidad de las mismas.

Otros autores, del Rincón et al. (1995) explican la entrevista estructurada como momento en el cual el entrevistador formula diferentes preguntas a los entrevistados, esperando respuestas dentro de una serie limitada de categorías.

Posteriormente, una vez desarrollada la parte teórica del trabajo, se procede a un diseño de propuesta didáctica, con el fin de conseguir mayor formación en los docentes en EpM, así como ayudar y formar al alumnado para enfrentarse a dichas situaciones.

Respecto a la metodología empleada a la hora de poner en práctica la propuesta didáctica, se trabajará mediante un aprendizaje cooperativo, para que el alumnado pueda contar con el apoyo de los demás compañeros y sentirse arropado. La gamificación será otra metodología empleada, integrando dinámicas de juego para amenizar el tema tratado ya que integra tanto el trabajo terapéutico como el pedagógico, así como permite al niño expresarse libremente y resolver conflictos por medio de diferentes situaciones, ya sean hipotéticas o reales.

Por otro lado, Fernández-Alvargonzález (2014) explica en su proceso de investigación que las actividades deben realizarse a favor de todo el alumnado, sirviendo como un sistema de prevención, con el fin de moderar los futuros problemas, así como, incluir a todo el grupo-clase por si se diera la situación de que existiera alguna pérdida en el aula.

A continuación, se presentará la siguiente tabla donde se resumen los objetivos específicos y el método empleado para su logro.

Tabla 2.

Objetivos Específicos y Técnicas Empleados.

Objetivos específicos	Técnica metodológica
OE1	Revisión bibliográfica
OE2	Revisión bibliográfica
OE3	Revisión bibliográfica
OE4	Revisión bibliográfica y observación participante, no participante y exploratoria
OE5	Revisión bibliográfica
OE6	Revisión bibliográfica y observación participante, no participante y exploratoria.
OE7	Entrevista estructurada

Fuente: Elaboración propia.

4. Marco teórico

4.1. El duelo: Conceptualización y estudio

- 4.1.1. ¿Qué es el duelo?
- 4.1.2. Tipos de duelo y sus fases
- 4.1.3. Características del duelo en niños y adolescentes

4.2. ¿Qué significa morir?

- 4.2.1. Significado de la muerte a nivel biológico
- 4.2.2. Significado de la muerte a nivel social y espiritual

4.3. Respuestas ante el duelo

- 4.3.1. Manifestaciones del duelo en niños y adolescentes
- 4.3.2. Antes de la pérdida
- 4.3.3. Después de la pérdida

4.4. El duelo en la educación

- 4.4.1. Características psicosociales en la etapa de Educación Infantil
- 4.4.2. El duelo en el contexto educativo y la necesidad de una Educación para la Muerte
- 4.4.3. Formación de docentes en Educación para la Muerte.

4.1. El duelo: Conceptualización y estudio

En los siguientes apartados se presentarán los diferentes conceptos del duelo, así como los distintos tipos y las fases que se experimentan según diferentes autores.

4.4.1. ¿Qué es el duelo?

El significado de la palabra *duelo* proviene del latín *dolus*, “*dolor*”. Este hace referencia a la respuesta emocional del ser humano tras una pérdida o separación (Nevado y González, 2017).

El duelo se caracteriza por ser un proceso multidimensional y dinámico, que evoluciona con el paso del tiempo, pese a que de primeras el doliente piense que es un proceso con emociones tan negativas que no podrá superar (Barreto et al., 2012). Es una vivencia única, dolorosa y universal, la cual requiere gran esfuerzo por parte del afectado para poder asimilarla (Barreto y Soler, 2015).

El duelo es un sentimiento de tristeza, dolor o sufrimiento. Es la manifestación que demuestra, por parte de las personas, el sentimiento que tiene hacia el fallecimiento de alguien o el acompañamiento a los seres queridos (Ordoñez y Lacasta, 2007).

Pese al gran dolor y sufrimiento que este puede producir, es un proceso normal, natural, el cual tiene como función la adaptación progresiva del individuo a la pérdida. Esta adaptación dependerá de diversos factores: las circunstancias en las que se ha producido la pérdida, la personalidad y antecedentes de la persona que pasa por el duelo, la relación con el fallecido, el contexto sociofamiliar, el apoyo...

Este proceso se manifiesta emocionalmente/sentimentalmente a través de la tristeza, culpa, rabia...; físicamente, sintiendo debilidad, cansancio, agresividad, angustia, cambios conductuales, la necesidad de estar solo o acompañado...; cognitivamente, mostrando confusión, indiferencia, falta de atención y concentración, preocupación y, psicológicamente, de donde derivan grandes problemas emocionales, pudiendo llegar a ocasionarse una enfermedad como el estrés, ansiedad... Como bien dice Payás (2008), el proceso del duelo afecta tanto a la totalidad de la persona como a sus relaciones.

También es conocido como un proceso que tiene fases bien determinadas por las cuales hay que pasar para que una vez finalizado el proceso de sufrimiento y dolor, se sienta consuelo, desahogo y alivio a nivel emocional, lo que hará que el deudo deje el sentimiento de tristeza aparte y comience a sentir la aceptación de la pérdida.

Los seres humanos durante el proceso del duelo fluctúan en las manifestaciones del mismo. Así pues, existen momentos en los que el dolor de la pérdida es el protagonista y otros momentos en los que necesitamos distraer nuestra mente para apartar dicho dolor.

El significado psicológico de este vaivén de sentimientos se produce como respuesta natural al intentar superar el dolor y sufrimiento de la pérdida, y adaptarse a la nueva realidad. Es uno de los momentos más agitados emocionalmente de la vida y cada persona lo experimenta de una manera diferente, necesitando diferentes tiempos para la recuperación (Ordoñez y Lacasta, 2007).

Este proceso concluye cuando el deudo puede recordar sin mal estar ni sufrimiento el pasado y al ser querido, con afecto y serenidad, “superando” su pérdida (Barreto y Soler, 2015).

4.1.2. Tipos de duelos y sus fases

El duelo es una experiencia individual, cada persona lo vive de una manera diferente, pero existen rasgos comunes, por lo que se clasifican las fases del mismo. Worden (2016) define las fases como tareas que el individuo debe completar con el fin de la adaptación a la pérdida. A través de un trabajo continuo y activo, puede llegar a superarse el duelo.

De forma general, se diferencian dos tipos de duelo:

1. Duelo normal: Es aquel que se da en el momento de la pérdida. Como expone la autora Nomen (2009), es el proceso natural por el que pasa cada individuo afectando a nivel emocional, físico, cognitivo, social, espiritual, comportamental y relacional. Barreto et al. (2012), afirman que este tipo de duelo incapacita y “anula” a aquellos que sufren la pérdida durante unos días, hasta que finalmente se resuelve con normalidad. Estos suelen negar lo ocurrido y todo lo referente a ello. Los autores Gil-Julia et al. (2008) expresan que, en él, el duelo evoluciona de forma positiva y pasa por las diferentes fases del duelo. Ello le ayuda a adaptarse a la nueva situación y poder así recordar a la persona fallecida con tranquilidad, y sin sufrir un inmenso dolor.
2. Duelo complicado/patológico: Es aquel que se manifiesta a demoras o meses después de la pérdida. Los autores Gil-Julia et al. (2008) exponen que este aparece cuando el proceso del duelo no transcurre como es esperado, es decir, cuando se producen grandes cambios en el comportamiento normal del individuo causando dificultades en la planificación de futuras acciones. Este tipo de duelo incapacita o “anula” más tiempo que el duelo normal. Navarro (2006) afirma que la negación ante lo ocurrido dura más tiempo, apareciendo a su vez conductas anormales, predominando los sentimientos de culpa, soledad y tristeza. Esta situación puede provocar el aislamiento al pensar que los que le rodean no comparten su sufrimiento. Según Cobo (1999), el duelo complicado es la exageración de un duelo normal.

Según los autores Fernández-Montalvo y Echeburúa (1997); Parkes y Weiss (1983) y Worden (2016), la diferencia entre el duelo normal y el duelo complicado es la duración

de la reacción, la intensidad de los síntomas e incluso la aparición de síntomas poco comunes como las alucinaciones o los delirios.

Dentro del duelo complicado, autores como Tizón (2013) y Cabodevilla (2007) diferencian:

1. Duelo anticipado
2. Duelo no resuelto
3. Duelo crónico
4. Duelo ausente
5. Duelo retardado
6. Duelo inhibido
7. Duelo desautorizado
8. Duelo distorsionado
9. Duelo en enfermedad terminal

El duelo anticipado es aquel que tiene lugar antes de que la pérdida haya sucedido, ya que el individuo es consciente de que sufrirá una pérdida en poco tiempo. Para los autores Tizón y Sforza (2008), los avisos con anticipación tienen gran importancia ya que lo ideal sería que los recibieran de forma cuidadosa y prudente por parte de personas cercanas, asesores o profesionales. Este proceso, donde las personas experimentan diversas emociones y sentimientos, anticipando y preparándose a nivel emocional e intelectual para la ineludible muerte es habitual. Aldrich (1974) afirma que el duelo anticipado no es tan intenso como el resto, ya que, al llegar al suceso final, a la muerte, suele producirse la sensación de calma. Es un proceso de duelo prolongado. Como afirma Gómez (2007) los cuidados y la atención que se apliquen con la persona enferma y con sus familiares, serán decisivos en la evolución de los sucesos.

Generalmente, los sentimientos que se viven en este tipo de duelo son más ambiguos, contradictorios e inestables, ya que la persona que se encuentra en estado crítico, sigue estando ahí, pero en una situación de incertidumbre.

Este término fue utilizado por primera vez por en 1944 Lindemann (1979), con el fin de indicar las fases de anticipación del duelo que ayudan al desapego a nivel emocional antes de que se produzca la pérdida.

En el duelo no resuelto, la fase de duelo sigue presente, el individuo es incapaz de aceptar la separación afectiva y el vínculo entre ambos, por lo que permanece atrapado en el recuerdo. No obstante, cuando han pasado entre 18 y 24 meses y sigue sin superarse, se utiliza esta denominación. Según Worden (2016) el individuo que está pasando por dicho proceso, ha quedado estancado en la persona fallecida y en los acontecimientos referentes a su muerte, lo que le impide volver a su vida cotidiana.

Respecto al duelo crónico, es una clase de duelo sin resolver, que perdura durante años sin desaparecer con el paso del tiempo. Se manifiesta cuando un individuo no supera la pérdida, obsesionándose en mantener vivo el recuerdo de lo que ya no está, prolongando durante años o sin fin, el sentimiento de dolor. Este tipo de duelo suele padecerlo las personas depresivas, aumentando en ellas la ansiedad, la tristeza, la impotencia y la culpa. Cobo (1999) expone la existencia de individuos en los que la influencia del duelo domina su existencia, sus relaciones, su vida cotidiana y su forma de actuar.

El duelo crónico según Nomen (2009) puede suceder cuando los acontecimientos relacionados con la muerte son recordados de forma continua y detallada, así como al relacionar cualquier suceso con dicha pérdida. Sin embargo, Worden (2016) expone que, si los síntomas aparecen únicamente en fechas señaladas y significativas, no debe considerarse duelo crónico.

Por otro lado, Tizón (1998) afirma que el duelo ausente, sucede cuando el individuo afectado por la pérdida niega que hayan ocurrido determinados sucesos, actúa como si no hubiera pasado nada, cerrándose y evitando el tema. Es por ello, que la fase que más predomina en este tipo de duelo es la negación, de la que se hablará posteriormente. El individuo, a pesar del tiempo transcurrido sigue evitando la realidad, no se ve capacitado para afrontarlo y desvía su mente a otros aspectos de la vida.

En sexto lugar, el duelo retardado, semejante al duelo normal, diferenciándose en que el inicio de este se da pasado un tiempo. Cabodevilla (2007) expresa que el duelo retardado suele presentarse en individuos que controlan sus emociones excesivamente y aparentemente, superficialmente, parecen fuertes. Como afirma Tizón (1998), este tipo de duelo sucede generalmente cuando la persona que está sufriendo la pérdida, debe encargarse de diversas cosas que reclaman atención máxima y urgente. El duelo retardado también es llamado duelo congelado, a la vez de formar parte del duelo ausente.

En cuanto al duelo inhibido, como afirma Cabodevilla (2007), este se produce cuando existe dificultad a la hora de expresar los sentimientos y para reaccionar ante dicha pérdida, es decir, los individuos que han sufrido la pérdida no presentan señales de dolor o afectación en las primeras fases del duelo. El duelo inhibido no es un mecanismo de defensa, a diferencia del duelo ausente.

Respecto al duelo desautorizado, sucede cuando el entorno de la persona afectada no acepta su duelo, su dolor, por lo que tratará de ocultar su sufrimiento de cara al resto, aun llevándolo por dentro. Tizón (2013) afirma que es un duelo no reconocido socialmente y no expresado públicamente. Otro autor, Sánchez (2001) expone que, en diversas ocasiones, siempre hay personas que desautorizan el duelo de otros, personas que no están experimentando dicho sufrimiento y piensan que el doliente debe superar y aceptar dicha pérdida y continuar con su vida. Otras veces, este tipo de duelo es aplicado a la pérdida de mascotas, debido a que muchas personas tienden a invalidar ese sufrimiento.

En el octavo lugar se encuentra el duelo distorsionado, el cual se manifiesta como una reacción fuerte y desproporcionada respecto a la situación. Worden (2016), argumenta que este tipo de duelo suele darse cuando el individuo ha experimentado previamente el duelo y una vez más se encuentra frente a una situación nueva del duelo. Es decir, habiendo sufrido ya una pérdida, vuelve a sufrir otra la cual le recuerda a su vez a la primera pérdida, produciéndose así un aumento en la intensidad de la situación y en los malos sentimientos.

Finalmente, el duelo en enfermedad terminal, según Tizón (2013) es el duelo que el enfermo y su familia experimentan cuando se les comunica que la enfermedad que sufre el paciente no tiene cura, que será terminal. Consiste en un periodo de tiempo en el cual las personas implicadas pasan por diferentes emociones y sentimientos que les servirá para posteriormente estar preparado a nivel emocional e intelectual.

Este autor afirma que el duelo en enfermedad terminal lleva consigo un largo camino, empezando por el momento en el que se transmite la noticia, hasta el fallecimiento. Dentro de este, se diferencian tres etapas:

1. En la primera etapa se conoce el diagnóstico, provocando en los individuos la imposibilidad de la realidad.

2. En la segunda etapa prima la incredulidad, cuestionando constantemente la posibilidad existente de un final malo, expresando el enfado contra los médicos.
3. En la tercera etapa se produce la reorganización. En función de los avances de la enfermedad, los familiares van adaptándose a la situación, teniendo siempre la esperanza de que todo salga bien. Se intenta asumir como será la vida sin el ser querido.

Según los estudios estadísticos de Dillen et al. (2009), establecen que alrededor de un 10-20% de los duelos experimentados son desarrollados de manera inadecuada, lo que conlleva a un duelo patológico, complicado.

Según la teoría de Kübler-Ross (1969), existen cinco etapas del duelo. Estas etapas se suceden hasta la aceptación de la muerte, pudiendo presentarse sin ningún orden, o de forma simultánea. Estas etapas son:

1. Negación: Es la etapa de las preguntas. Sensación de incredulidad, imposibilidad de aceptar y reconocer como acontecimiento real aquello que está sucediendo o va a suceder.
2. Ira: Reacción emocional de rabia, envidia, resentimiento y hostilidad, dirigida hacia todo el entorno que se percibe como responsable de la pérdida (personal sanitario, familiares, amistades...).
3. Pacto/Negociación: Forma de afrontar la culpa, produciéndose de forma imaginaria o real, con aquellos hacia los cuales dirigió la ira. Es el sentimiento de volver atrás, negociar cualquier cosa antes de que se produzca el cambio.
4. Depresión: Sentimiento de un profundo vacío y dolor ante la trágica situación, adoptando una actitud de resignación ante la enfermedad. Se produce cuando el cambio se hace evidente y te das cuenta de que no puedes negarte ni eludirte.
5. Aceptación: Reconocimiento de la enfermedad y estado de sufrimiento y limitaciones que conlleva, sin buscar culpables ni sentirse derrotado, sino, asumiendo una actitud responsable de lucha y supervivencia. Se logra tras asumir

y reconocer la pérdida y dar nuevos significados a la situación que se vive, la situación actual.

Además, Bowlby (1980, citado en Tizón, 2013) expone otra propuesta sobre las fases del duelo:

1. Fase de incredulidad y embotamiento de la sensibilidad: Es el momento posterior a la muerte, donde prima la desesperación, el aturdimiento, la negación y la no aceptación del hecho. La duración de esta fase puede ser de horas, llegando a prolongarse incluso una semana.
2. Fase de añoranza o anhelo y búsqueda de la figura perdida: Periodo donde predomina la búsqueda de la persona fallecida y la nostalgia, teniendo constantemente pensamientos sobre la persona fallecida e inquietud física. La duración de esta etapa oscila entre meses e incluso puede llegar a años.
3. Fase de organización y desesperanza: Momento en el que la realidad de la pérdida empieza a asumirse. La persona que está pasando por el proceso del duelo se muestra apática, desplazada e indiferente, mostrando cambios tanto a nivel físico como psíquico.
4. Fase de mayor o menor reorganización: Etapa en la que el individuo que sufre la pérdida empieza a aceptar, adaptarse y experimentar la nueva realidad, la nueva vida sin la persona fallecida, disminuyendo los aspectos más dolorosos. Dentro de esta fase se recuerda a la persona fallecida mediante una combinación de tristeza y alegría.

Por otra parte, Payás (2010) diferencia cuatro momentos parecidos siguiendo la misma dirección que Bowlby. Cada etapa está asociada con unas necesidades (psicológicas, biológicas, emocionales y relacionales) propias de cada persona, que debe ir solventando a través de distintas tareas.

1. Aturdimiento y choque: En esta fase prima la desesperación por la reciente noticia recibida de la pérdida de un ser querido, experimentando la confusión, aturdimiento... a la vez se reprime, suprime y suaviza la información recibida. El duelo tiene como tarea principal en esta etapa la administración de los aspectos

más traumáticos causados por la pérdida, pudiendo dar lugar a un duelo complicado.

2. Evitación y negación: Pasados unos días, semanas e incluso algún mes, la evitación es la respuesta más común en las personas. El individuo niega o minimiza la importancia del suceso, intenta mantenerse activa y ocupada en todo momento o siente culpa expresándola mediante pensamientos obsesivos, en bucle, debidos generalmente a la depresión. Estas estrategias actúan como barrera protectora ante el dolor por la muerte del ser querido. La tarea primordial en esta fase es ayudar a aumentar la tolerancia al dolor mediante la disminución progresiva de las estrategias de evitación.
3. Conexión e integración: La persona se encuentra más preparada para afrontar la nueva realidad si ha procesado los aspectos traumáticos y se ha producido una disminución en la negación y evitación del hecho. En esta etapa entra en vigor el afrontamiento de la pérdida del ser querido, la nueva realidad sin él. La tarea trata de elaborar los aspectos relacionales de la pérdida. Si se produce una detención en la etapa, el duelo puede volverse un duelo de tipo crónico.
4. Crecimiento y transformación: En esta etapa se produce la reorganización progresiva del interior y la vida de la persona que sufre la pérdida, en relación con el ser querido. Esta experiencia les sirve como crecimiento a nivel personal y ayuda para seguir afrontando la nueva realidad, lo que produce cambios conductuales, en creencias, de identidad personal...La tarea consiste en sustituir los esquemas antiguos por esquemas nuevos que incorporen el significado a nivel emocional de la pérdida, como sucede también en el crecimiento postraumático.

A continuación, se insertarán dos tablas sintetizando la información anterior.

Tabla 3.

Tipos de Duelo.

Duelo normal	<ul style="list-style-type: none">• En el momento de la pérdida.• Proceso natural.• Afecta a nivel emocional, físico, cognitivo, social, espiritual, comportamental y relacional.• “Anula” al que sufre la pérdida, quien niega lo ocurrido.• Evolución positiva.
Duelo patológico/ complicado	<ul style="list-style-type: none">• Semanas o meses después de la pérdida.• Evolución inesperada.• Grandes cambios en el comportamiento del individuo que sufre la pérdida.• “Anula” a la persona que sufre durante un mayor periodo de tiempo.• Negación más prolongada.• Conductas anormales.• Predomina la culpa, la soledad y la tristeza.
Duelo anticipado	<ul style="list-style-type: none">• Antes de la pérdida.• Preparación a nivel emocional e intelectual.• Sensación de calma.• Proceso del duelo prolongado.• Sentimientos ambiguos, contradictorios e inestables.• Fase anticipatoria al duelo que ayuda a despegar a nivel emocional antes de la pérdida.
Duelo no resuelto	<ul style="list-style-type: none">• Individuo incapaz de aceptar la separación afectiva y el vínculo con la persona fallecida.• Atrapado en el recuerdo.• Años después la pérdida no está superada.• Dificultad para volver a la vida cotidiana.
Duelo crónico	<ul style="list-style-type: none">• Perdura durante años sin desaparecer.• Individuo no supera la pérdida.• Acontecimientos relacionados con la pérdida son recordados continuamente.• Sentimiento de dolor.• Común en personas depresivas.• El proceso del duelo domina la existencia de quien lo sufre.
Duelo ausente	<ul style="list-style-type: none">• Individuo que sufre la pérdida niega y evita el acontecimiento sucedido.• Predomina la negación.• Evita la realidad.• Incapacidad de afrontar la pérdida.• Mecanismo de defensa.

Duelo retardado/congelado	<ul style="list-style-type: none"> • Semejante al duelo normal. • Aparece pasado un tiempo después de la pérdida. • En individuos que controlan sus emociones. • Personas que están sufriendo la pérdida, pero deben encargarse de otros aspectos que requieren atención.
Duelo inhibido	<ul style="list-style-type: none"> • Aparece cuando existe dificultad para expresar sentimientos y reacción ante la pérdida. • Individuos no presentan señales de dolor o afectación en las primeras fases del duelo. • No es un mecanismo de defensa.
Duelo desautorizado	<ul style="list-style-type: none"> • La persona afectada no acepta el proceso del duelo y oculta su sufrimiento. • Duelo no reconocido socialmente y no expresado públicamente. • Individuos que no experimentan el sufrimiento desautorizan el duelo de otros.
Duelo distorsionado	<ul style="list-style-type: none"> • Reacción fuerte y desproporcionada. • Aparece cuando el individuo ya ha experimentado el duelo. • La pérdida actual recuerda a las anteriores.
Duelo de enfermedad terminal	<ul style="list-style-type: none"> • Proceso experimentado por el enfermo y la familia al conocer que la enfermedad es terminal. • Experimentación de diferentes emociones y sentimientos útiles para la posterior preparación emocional e intelectual. • 3 etapas: <ul style="list-style-type: none"> ○ Conocimiento de la enfermedad y negación de la realidad. ○ Incredulidad, cuestiones y enfado con los profesionales. ○ Reorganización, los familiares se adaptan a la evolución de la enfermedad con esperanza de que salga bien, pero asumiendo una futura vida sin el ser querido.

Fuente: Elaboración propia a partir de Lindemann (1979); Parkes y Weiss (1983); Aldrich (1974); Fernández-Montalvo y Echeburúa (1997); Tizón (1998;2013); Worden (2016); Cobo (1999); Sánchez (2001); Navarro (2006); Cabodevilla (2007); Gómez (2007); Gil-Julia et al. (2008); Tizón y Sforza (2008); Nomen (2009); Barreto et al. (2012).

Tabla 4.

Fases del Duelo.

<ul style="list-style-type: none">• Kübler-Ross: <i>Negación.</i>• Bowlby: <i>Fase de incredulidad y embotamiento de la sensibilidad.</i>• Payás: <i>Evitación y negación.</i>	<ul style="list-style-type: none">• Momento posterior a la muerte, pudiéndose alargar.• Sensación de desesperación, aturdimiento e incredulidad.• Domina la negación del hecho.• Imposibilidad de aceptar el acontecimiento.• Minimización de la importancia de la pérdida.• Barrera protectora ante el dolor por la pérdida.
<ul style="list-style-type: none">• Kübler-Ross: <i>Ira.</i>• Bowlby: <i>Fase de añoranza o anhelo y búsqueda de la figura perdida.</i>	<ul style="list-style-type: none">• Reacción de rabia, resentimiento y nostalgia.• Búsqueda de la persona fallecida.• Inquietud física, dirigida hacia el entorno percibido como responsable de la pérdida.
<ul style="list-style-type: none">• Kübler-Ross: <i>Pacto/ negociación.</i>	<ul style="list-style-type: none">• Negociación como forma para afrontar la culpa.• Negociación como intento de retroceder antes de que se produzca la pérdida.• Sensación dirigida hacia las personas de su entorno.
<ul style="list-style-type: none">• Kübler-Ross: <i>Depresión.</i>• Bowlby: <i>Fase de desorganización y desesperanza.</i>• Payás: <i>Conexión e integración.</i>	<ul style="list-style-type: none">• Sentimiento de dolor y vacío.• La realidad de la pérdida empieza a asumirse.• Afrontamiento de la nueva realidad.• Disminución en la negación y evitación de lo sucedido.• La persona en proceso de duelo se muestra apática.• Cambios físicos y psíquicos.
<ul style="list-style-type: none">• Kübler-Ross: <i>Aceptación.</i>• Bowlby: <i>Fase de mayor o menor reorganización.</i>• Payás: <i>Crecimiento y transformación.</i>	<ul style="list-style-type: none">• Reconocimiento de la enfermedad.• No busca culpables.• Aceptación, adaptación y experimentación de la nueva realidad.• Actitud de lucha y supervivencia.• Disminución del dolor.• Cambios conductuales y crecimiento personal.

<ul style="list-style-type: none"> • Payás: <i>Aturdimiento y choque.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Recuerdo de la persona fallecida con tristeza y alegría. • Desesperación por la noticia recibida. • Sentimientos de confusión y aturdimiento. • La información recibida se reprime, suprime y suaviza. • Administración de los aspectos traumáticos debidos a la pérdida.
--	---

Fuente: Elaboración propia a partir de Bowlby (1980, citado en Tizón, 2013); Kübler-Ross (1969); Payás (2010).

4.1.3. Características del duelo en niños y adolescentes

En principio, el duelo es la reacción ante una pérdida, lo que supone una readaptación a la nueva situación, pudiendo llegar a convertirse en el duelo complicado, siendo este un proceso subjetivo, ya que, como se ha mencionado anteriormente, depende de diferentes factores personales, sociales y psíquicos. Esquerda y Giralt (2015) expresan que concretamente en el caso de los niños y adolescentes, aparte de tener en cuenta estos distintos causantes, es importante considerar la edad y la etapa evolutiva en la que se encuentran, ya que, están en un proceso de desarrollo en el cual existe gran dependencia del adulto para resolver y afrontar situaciones más complicadas, situaciones problemáticas.

Como afirman Esquerda y Giralt (2015), la capacidad tanto de los niños como de los adolescentes a la hora de comprender el concepto de la muerte, varía en función de su desarrollo evolutivo, por lo que será diferente tanto en cada adulto, como en cada niño. Cada etapa evolutiva condiciona la comprensión y la capacidad para expresar y afrontar la pérdida. Tizón (1996) expone que el duelo experimentado en estas etapas de desarrollo, generalmente es diferido, finaliza en la etapa adulta.

El concepto de muerte va transformando en función de las etapas evolutivas hasta llegar a una idea más abstracta y elaborada. Para llegar a dicha idea, los niños y adolescentes deben conocer y comprender, de manera progresiva, cuatro conceptos imprescindibles sobre la muerte (Bleda et al., 2005):

1. La muerte es un hecho universal. Todos los seres vivos mueren.
2. La muerte es un hecho irreversible, una vez sucede, ya no se puede volver a vivir.
3. La muerte es absoluta, es decir, dejan de actuar todas las funciones vitales.
4. La muerte es debido a un factor físico, no son los pensamientos o emociones negativas (enfado, rabia, celos...) lo que la causa, evitando así el sentimiento de culpa.

Tras una pérdida, pueden presentar reacciones contradictorias y sorprendentes, ya que, a nivel psicológico, en función de la etapa evolutiva en la que se encuentre, tienen menos

sentido de la lógica (Tizón, 2013). Por ello es fácil que a lo largo del día pasen por diferentes estados de ánimo, mostrándose tristes necesitando espacio personal, y acto seguido, estar disfrutando en grupo.

Por otra parte, en ocasiones se impide y dificulta el desarrollo emocional y la adaptación a la nueva realidad tras la pérdida de ser querido en niños y adolescentes. El duelo a estas edades puede convertirse en un proceso con mayor dificultad y complicación, ya que, depende de cómo sus seres queridos lo afronten y generalmente, los adultos, intentan negar y justificar la tristeza y el dolor de los niños (Tizón, 2013).

Bowlby (2014) ha realizado distintas investigaciones en las que se observa que la respuesta inicial de un niño entre doce y treinta y seis meses, al apartarle de la figura materna y caer en brazos de otras personas extrañas para él, es la protesta y el gran esfuerzo por recuperarla intentando llamar su atención mediante llantos, gritos... A estas edades, la muerte se entiende desde la percepción de que falta algo o alguien. En edades tempranas, no son conscientes de las cuatro características fundamentales de la muerte, por ello, el malestar del duelo no es habitual en dichas edades. Como última instancia, los niños preguntarían cuándo volverá esa persona y dónde se encuentra (Ordoñez y Lacasta, 2007). El niño no puede mantenerse apesadumbrado todo el tiempo, en edades tan tempranas no puede soportar durante un periodo de tiempo largo una carga emocional tan intensa y negativa (Gamo y Pazos, 2009). Aunque no manifiesten la pena de la misma manera que los adultos, esto no quiere decir que no la sientan (Díaz, 2016).

Entre los cuatro y seis años, los conceptos ya comentados, la temporalidad y la irreversibilidad, siguen en construcción. Así como el concepto de universalidad, ya que no conciben que sus seres queridos o ellos puedan llegar a morir (Cid, 2011). El niño piensa que la persona fallecida sigue sintiendo, respirando y existiendo, y que despertará para continuar en la vida, es por ello que a la hora de aceptar la noticia y hablar de ella, hablará de la misma forma que habla a sus amigos o cuenta cualquier otro suceso. No separan todavía la vida de la muerta de forma clara (Jiménez et al., 2012).

Alrededor de los ocho y nueve años, ya se ha adquirido el concepto de irreversibilidad y universalidad. Empiezan a comprender que la muerte es un hecho que puede sucederles a ellos también, apareciendo así una mayor preocupación y seguridad por sus vidas y las de sus seres queridos (Cid, 2011). Sin embargo, siguen pensando que a través de sus actos e incluso de sus pensamientos, pueden causar una muerte, apareciendo así el sentimiento

de culpa. En esta etapa es habitual la abundancia de preguntas en relación con el tema (Lacasta et al., 2014).

Avanzando en la etapa evolutiva, pasando la etapa de niño y entrando en la adolescencia, a los once años aproximadamente, se interioriza que la muerte ocasiona el fin de las funciones vitales, por lo que dejan de creer que la persona fallecida sigue existiendo y despertará (Dowdney, 2005). Es aquí, en el inicio de la adolescencia, cuando asientan los conceptos de irreversibilidad, la universalidad, la temporalidad y, por lo tanto, el hecho de que la muerte es absoluta.

A medida que va creciendo, a partir de los doce en adelante, empieza en los adolescentes un pensamiento más formal, a la vez que un ritmo de vida y de crecimiento acelerado y de abundantes cambios tanto a nivel personal como físico, por lo que el apoyo de aquello que le rodean se vuelve más imprescindible (Cid, 2011). En esta etapa evolutiva los adolescentes tienen mayor consciencia del significado de la muerte y como ello puede afectar a las personas.

A continuación, se presenta una tabla para visualizar de forma más clara la previa información.

Tabla 5.

Características de Niño y Adolescentes en el Proceso del Duelo en función de su Etapa Evolutiva.

Etapa evolutiva.	Características.
12-36 meses	<ul style="list-style-type: none">• Protestas, llantos y gritos por recuperar a la figura materna, tras haber sido separados de ella.• Entienden la muerte como falta de algo o alguien.• No son conscientes de las 4 características fundamentales de la muerte (hecho universal, irreversible, absoluto debido a un factor físico).• Sienten pena aunque no la manifiesten como los adultos.
4-6 años	<ul style="list-style-type: none">• Conceptos de temporalidad, irreversibilidad y universalidad en construcción.• Creen que la persona fallecida sigue existiendo, que despertará para seguir en la vida.• No separan de forma clara la vida de la muerte.

8-9 años	<ul style="list-style-type: none"> • Conceptos de irreversibilidad y universalidad adquiridos. • Comprenden que la muerte es un hecho que puede sucederle a ellos. • Creen que sus pensamientos pueden provocar la muerte. • Abundancia de preguntas sobre el tema.
11 años	<ul style="list-style-type: none"> • Asientan los conceptos de la muerte como un hecho irreversible, universal, absoluto y el concepto de temporalidad. • Comprenden que la muerte causa el fin de las funciones vitales. • Entienden que la persona fallecida no volverá.
12 años	<ul style="list-style-type: none"> • Pensamiento más formal. • Necesidad de apoyo por parte de sus seres queridos. • Mayor conciencia del significado de la muerte. • Son conscientes de cómo la muerte puede afectar a los seres humanos.

Fuente: Elaboración propia a partir de Bowlby (2014); Ordoñez y Lacasta (2007); Cid (2011); Jiménez et al., (2012); Lacasta et al. (2014); Dowdney (2005).

4.2. ¿Qué significa morir?

La gran complejidad de este hecho, deriva a que su estudio puede adoptar diversas y distintas perspectivas, ya que implica varios ámbitos: religioso, biológico, social, legal, cultural, médico...Que, aunque cada uno le dé un sentido, se encuentran entrelazados entre sí.

La muerte es un hecho universal, del cual nadie escapa, afecta a todo lo que posee dimensión temporal. No obstante, cada cultura la vive y asimila de formas diferentes. En los próximos apartados se analizará la muerte a nivel biológico, espiritual y desde diferentes culturas.

4.2.1. Significado de la muerte a nivel biológico

Científicamente y según la real academia española (RAE), el significado de la muerte es dejar de existir, el fin de la vida. Sucede cuando el cuerpo tiene un colapso de sus órganos vitales, sufriendo una parada de forma progresiva de toda la actividad del organismo. Con una sociedad más secular, la muerte se basa principalmente en un acontecimiento que pone fin a la vida, debido al progreso de la ciencia, las técnicas y al desarrollo del espíritu crítico, dejando de lado la muerte como hecho trascendente.

García-Rillo et al. (2012) explican el significado de la muerte desde la perspectiva científica como el límite de la vida, cuando el organismo vivo no es capaz de sostener su homeostasis lo que provoca la detención de las funciones vitales.

Otro autor, Jaramillo-Magaña (1993) explica el concepto de la muerte como un proceso que por lo general empieza con el descenso del aporte de oxígeno al cerebro, continuando con la muerte neuronal hasta que finalmente se produce la muerte somática, esto es, el fin de todos los órganos y sistemas del cuerpo.

En este sentido, los autores Pastor et al. (2014) y Anaya y Padilla (2010) argumentan que la muerte implica el fin de las funciones de un organismo vivo, aclarando que todo organismo vivo muere, siendo este hecho universal e irreversible, concluyendo el ciclo vital de los seres vivos. Idea a la cual se suman Bedau y Cleland (2016) quienes

manifiestan que la muerte es un hecho dañino irreversible que provoca que un sistema complejo no vuelva a funcionar.

Vargas (2008) describe la muerte biológica como la detención de las funciones vitales de un organismo vivo, la cual es irreversible y obra empezando por la célula, continuando por el órgano, después el organismo y finalmente de la persona como uno. Además, la clasifica en:

1. **Aparente:** El individuo se encuentra en paro cardiorrespiratorio y sus funciones vitales se rehabilitan gracias a la reanimación.
2. **Clínica:** Demostración evidente de la falta de signos vitales establecida por los sentidos.
3. **Cerebral:** Ausencia de las respuestas provenientes de las estructuras encefálicas a los estímulos respectivos, manteniendo viva a la persona mediante medios electrónicos. Falta de respuesta neurológica y de conciencia.

Klarsfeld y Revah (2002) recogen en su libro diferentes ideas científicas acerca de la muerte sobre distintos autores:

1. **August Weismann:** Diferencia dos tipos de muerte, la interna y la externa. La interna es cuando por naturaleza, tus tejidos envejecen y ello provoca la disminución de su funcionamiento, conduciendo a la muerte. La externa se produce cuando tu cuerpo no es capaz de resistir ante interacciones con el medio en el que se rodea, debido a la degradación de los tejidos.
2. **Jean-Baptiste Lamarck:** Argumenta que todo organismo vivo tiene tiempo limitado, por lo que está determinado a sufrir la muerte, el fin de su existencia. Coloca la muerte en el interior del organismo vivo.

Anaya y Padilla (2010) exponen que el concepto de la muerte ha variado a lo largo de la historia, pero siempre ha sido el hecho que ha determinado a los individuos, estableciendo el límite de la existencia.

4.2.2. Significado de la muerte a nivel social y espiritual

La muerte como proceso biológico es un procedimiento de destrucción del organismo del ser vivo, declarando el fin del individuo que fallece a nivel biológico, pero al ser este un ser en sociedad y producirse su muerte en el seno de una sociedad, se consideraba un hecho sociocultural. Es decir, aunque la muerte sea un proceso y un hecho individual, afecta también a aquellas personas que están en relación con la persona fallecida. Es aquí donde entra el ámbito social y cultural. Por lo que, no es únicamente la destrucción del estado físico y biológico, sino también el fin de un individuo en correlación con el otro. Como afirma Clavandier (2009), es la sociología de la muerte la encargada de analizar la relación existente entre los hombres, las familias y las sociedades, con la finitud, con aquello que tiene fin o límite. Argumento al cual se suma Sciacca (1962), quien considera que las personas del círculo del individuo fallecido son quienes contemplan lo sucedido, por lo que la muerte no existe para la persona que la sufre, son los demás quienes lo viven y lo ven.

Thomas (1983), declara que cada ser humano tiene un concepto de la muerte. Este se compone del concepto general de la muerte como un hecho que afecta a todos, aunque de manera indirecta, y en relación con uno mismo (al llegar a la vejez), y se compone también de los factores que hacen que la visión de la muerte en el ser humano cobre sentidos paradójico. Es decir, a la vez que la muerte en sentido general es aceptada como un hecho cotidiano, la propia muerte se torna lejana. Así, se toma consciencia de la muerte como un hecho natural, pero a nivel personal se vive como un accidente injusto. Argumento al cual se suma Cirlot (2005), es la madurez lo que posibilita tomar contacto y consciencia del significado de la muerte.

Por otro lado, Poch y Herrero (2003) exponen que todo aquello que el ser humano dice o hace sucede en el interior de una cultura, la vida y la muerte son culturales. Ello conlleva a los mismos autores a definir la muerte desde la perspectiva antropológica, argumentan que la idea que se tenga de la muerte dependerá de la idea que se tenga de la vida y viceversa, es decir, el significado de cada acontecimiento dependerá de cada persona y de cómo estas lo perciban. Ambos autores declaran que la muerte es un proceso el cual se experimenta desde el nacimiento, idea similar a la de Sciacca (1962) quien recalca que la muerte se va enfrentando a la vez que se vive.

Las autoras Chávez et al. (2013) declaran que la muerte es un hecho que todo el mundo experimenta, sin embargo, cada individuo lo percibe y afronta de forma diferente, a nivel individual y a nivel familiar, en función de las relaciones con el fallecido, las vivencias, sus creencias, su etnia y su personalidad.

Analía (2012) indica que la forma de enfrentar la muerte varía en función de las características y factores individuales de cada individuo que estarán establecidos en función de cada lugar, de cada contexto sociocultural.

Los autores Blanco y Antequera-Jurado (1998) argumentan que en función del sentido que le demos a la vida, la muerte podrá entenderse como el final de una etapa en la que posteriormente no existe nada más, o como el comienzo de una nueva existencia, la del alma separada del cuerpo. A esta idea también se suma Comte-Sponville (2007), quien manifiesta que, desde el punto de vista filosófico, existen dos formas de razonar la muerte: la muerte no es más que la nada (Epicuro), o bien, la muerte sería otra vida o la continuación de otra vida más purificada (Platón).

En función de la religión que practique cada individuo, esta forma representaciones sociales sobre temas cotidianos. Entre los temas sociales cotidianos entra la muerte, sobre la que un grupo de personas de la misma religión, comparte el significado de la misma.

El budismo

El budismo es una religión mundial y una doctrina filosófica y moral, que abarca diferentes creencias religiosas, prácticas espirituales y tradiciones asignadas por lo general a Buda Gautama. Esta religión está presente principalmente en el este de Asia, en China, Corea del Sur, Japón, Tailandia, Mongolia...

Respecto al concepto de la muerte dentro del budismo, Lief (2016) expone que para ellos la vida ha existido siempre, siguiendo un ciclo de nacimiento y muerte que no tiene fin. Por ello, para el budismo la vida es eterna considerando la muerte como el principio de una nueva existencia.

La misma autora afirma que la vida pasa por continuas reencarnaciones, es por ello que para el budismo la muerte es un hecho necesario. Es una etapa más del ciclo de la vida. Dichas reencarnaciones se producen tras la muerte del cuerpo físico, las cuales dependen del modo de vida que el individuo haya llevado en vidas anteriores, pero siempre con el

objetivo de ir mejorando a lo largo de todas las vidas para conseguir alcanzar la iluminación.

El autor Tulku (2012) declara que, en el budismo, para conocer la mejor manera de morir, hay que conocer a su vez la mejor manera de vivir, ya que la muerte puede ser un hecho grato y no terrible en función de las acciones que se hayan hecho durante la vida. Por lo que, aquellos que sean sinceros y practiquen la religión como es debido, la muerte será un hecho satisfactorio, ameno y agradable.

El hinduismo

El hinduismo es una de las religiones más antiguas del mundo, religión politeísta, la cual contiene diversas doctrinas, pero con raíces comunes como los rituales reconocidos o la peregrinación a lugares sagrados. Es un sumario de diferentes prácticas y tradiciones culturales, religiosas y filosóficas.

Naren (2019) declara que para el hinduismo la muerte no es una preocupación, ya que para ellos el ser humano es eterno, es decir, las personas han preexistido antes de nacer, por lo que piensan que al morir se pasan a otra forma de existencia espiritual y no a una vida como la de la tierra. Creen en la reencarnación.

Una vez sucedida la pérdida, Gallud (2014) expone que la familia del fallecido tiene gran importancia tras el suceso. A diario realizan rituales para ayudar al espíritu a encontrar el camino y poder deshacer los lazos que tenga con la existencia previa. Posteriormente, se producen diferentes rituales para seguir conectados con la persona fallecida, que se efectúan y mantienen durante tres generaciones. El objetivo de las familias es conseguir o mantener el bienestar del alma del fallecido en función de donde este se encuentre. Si se encuentra en el infierno, la función de la familia es disminuir el sufrimiento y, por lo contrario, si el alma se encuentra en el cielo, la familia debe ayudar a que esta ascienda hacia el renacimiento, llegando como etapa final al Moksha, la liberación del alma.

El judaísmo

El judaísmo abarca la tradición, costumbres, estilo de vida, cultura y religión del pueblo judío, siendo entre las tres religiones monoteístas existentes la más antigua, es decir, se

crea en la existencia de un solo Dios. Dicho Dios, es eterno e incorpóreo quien ha creado a todas las personas a su imagen y merecen ser tratadas con respeto y dignidad.

Sanders (2004) declara que el hombre es un ser material y un alma, es decir, es una combinación de cuerpo y alma, por lo que el significado de la muerte para los judíos es la separación temporal de ambos, quienes en un futuro volverán a unirse, en la resurrección de los muertos. Aunque anterior a ello, como afirma el autor Tiemblo (2015) tras haberse producido la pérdida, durante el primer año sin la persona fallecida, mientras se produce la descomposición del cuerpo material, el alma es consciente de ello y se encuentra alrededor del mismo, por lo que no encuentra un lugar fijo donde reposar, sintiéndose desorientada.

El alma según Sanders (2016) refleja que los seres humanos son creados a “imagen Divina”, les hace ser únicos y eternos aun habiendo muerto el ser material, por lo que, para el pueblo judío, la muerte no es el fin de la existencia.

El cristianismo

El cristianismo es una de las tres religiones monoteístas, se creen en la existencia de un solo Dios. Esta religión se basa en las enseñanzas, la vida y los milagros de Jesús de Nazaret, Cristo, el hijo de Dios.

La muerte para el cristianismo, como afirma el autor Garrido (2017), es vista como un premio, ya que la persona fallecida deja de sufrir en la tierra para encontrarse con sus seres queridos y con Dios experimentando la vida eterna. Por otro lado, también es un “castigo” para aquellos seres humanos que hayan pecado. Son ellos mismos los responsables de su vida después de la muerte y no Dios.

El autor Tiemblo (2016) declara que, en función de la vida terrenal, el alma del individuo irá a diferentes lugares, siendo estos el infierno, lugar de castigo, el purgatorio, lugar donde se produce la purificación de los pecados, o al cielo, lugar de felicidad y recompensa, donde se produce el cumplimiento de la inmortalidad, la existencia de la vida eterna.

Según la autora Basulto (2012), la muerte significa separación del cuerpo y el alma. El alma continúa viviendo, al contrario que el cuerpo somático, quien pone fin a la vida

física. Por lo que la muerte, no debería ser temida, sino que hay que prepararse para dicho acontecimiento, para no caer en la condena, en el infierno.

Respecto al cristianismo a nivel social, según expone Muriá (2000), se realizan ritos como los velatorios, misas, funerales, se da el pésame, se encienden velas... para despedirse del fallecido, expresando apoyo y comprensión hacia la familia del mismo.

Teniendo en cuenta estos aspectos, puede observarse que cada una de las diferentes religiones descritas anteriormente responde al suceso de la muerte de diferente manera, qué sucede cuando alguien muere y si hay otra vida después de la muerte, en función de sus creencias.

A continuación, se presenta una tabla con diferentes religiones donde puede verse la concepción que cada una de ellas tiene sobre la muerte y sus diferencias de forma sintetizada.

Tabla 6.

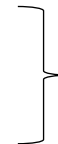
El Significado de la Muerte en diferentes Religiones.

Budismo	<ul style="list-style-type: none">• La vida ha existido siempre, siguiendo un ciclo de nacimiento y muerte que no tiene fin.• La vida es eterna, considerando la muerte como el principio de una nueva existencia.• La vida pasa por continuas reencarnaciones (muerte como hecho necesario).• Las reencarnaciones se producen tras la muerte del cuerpo físico y dependen del modo de vida que el individuo haya llevado en vidas anteriores.• El objetivo de las reencarnaciones es ir mejorando a lo largo de las vidas para conseguir alcanzar la iluminación.• Para conocer la mejor manera de morir, hay que conocer a su vez la mejor manera de vivir.• La muerte puede ser un hecho grato y no trágico en función de las acciones que se hayan hecho durante la vida.
Hinduismo	<ul style="list-style-type: none">• La muerte no es una preocupación, ya que para ellos el ser humano es eterno.• Las personas han preexistido antes de nacer.• Al morir se pasa a otra forma de existencia espiritual y no a una vida como en la Tierra.• La familia tiene gran importancia tras la pérdida.<ul style="list-style-type: none">○ Realiza rituales diarios para ayudar al espíritu a encontrar el camino y deshacer los lazos con la existencia previa.○ Diferentes rituales, durante tres generaciones, para seguir en conexión con la persona fallecida.○ El objetivo es el bienestar del alma del fallecido en función de donde se encuentre:<ul style="list-style-type: none">▪ Infierno: disminuir el sufrimiento▪ Cielo: Ayudarle a ascender hacia el renacimiento, llegando a la etapa final, Moksha, la liberación del alma.
Judaísmo	<ul style="list-style-type: none">• El hombre es un ser material y un alma, combinación de cuerpo y alma• La muerte es la separación temporal del cuerpo y del alma, quienes volverán a unirse en la resurrección de los muertos.• El alma retrata que los humanos son creados a “imagen Divina”, y les hace ser únicos y eternos aun habiendo muerto el ser material.• La muerte no es el fin de la existencia.

-
- Durante el primer año sin la persona fallecida, mientras se produce la descomposición del cuerpo, el alma es consciente de ello y se encuentra alrededor del mismo, sin encontrar un lugar fijo donde reposar, sintiéndose desorientada.

Cristianismo

- La muerte es vista como un premio, ya que la persona fallecida deja de sufrir en la Tierra para reencontrarse con sus seres queridos y con Dios experimentando la vida eterna.
- La muerte también es un castigo para aquellos seres humanos que hayan pecado. Son ellos mismo los responsables de su vida después de la muerte y no Dios.
- En función de la vida terrenal, el alma del individuo irá:
 - Infierno: lugar del castigo.
 - Purgatorio: lugar donde se produce la purificación de los pecados.
 - Cielo: lugar de felicidad y recompensa, donde se produce el cumplimiento de la inmortalidad, la existencia eterna.
- La muerte significa la separación del cuerpo y el alma. El alma continúa viviendo, al contrario que el cuerpo somático, que pone el fin a la vida física.
- La muerte no debe ser temida, sino hay que prepararse para ella, para no caer en la condena, en el infierno.
- A nivel social, se realizan ritos como:
 - Velatorios
 - Misas
 - Funerales
 - Se da el pésame
 - Se encienden velas...



Para despedirse del fallecido, expresando apoyo y comprensión hacia la familia del mismo.

Fuente: Elaboracion propia a partir de Lief (2016); Tulku (2012); Gallud (2014); Naren (2019); Sanders (2004;2016); Tiemblo (2015;2016); Basualto (2012); Garrido (2017); Muriá (2000).

4.3. Respuestas ante el duelo

Debido a que cada persona es diferente, también lo serán las manifestaciones presentadas en el duelo y los procesos que se viven antes y después de la pérdida. A continuación, se efectuará la observación y análisis de dichas conductas.

4.3.1. Manifestaciones del duelo en niños y adolescentes

Al igual que las personas adultas, los niños y adolescentes también muestran manifestaciones del duelo. Las manifestaciones mostradas tras la pérdida de un ser querido se dan a nivel físico, conductual, social, cognitivo y emocional. Barreto y Soler (2015) exponen que las mayores complicaciones tanto en los niños como en los adolescentes se producen a nivel somático y conductual.

- Manifestaciones físicas: Estas se muestran como diferentes dolores, sensación del estómago vacío, falta de energía, mareos, alteración en el sueño, negación a comer y pérdida del apetito...pudiendo llegar a enfermar.
- Manifestaciones conductuales: Se producen comportamientos como el aislamiento social, visitar lugares que recuerden al ser fallecido, hiperactividad o hipoactividad, descontrol y olvidos en actividades diarias, berrinches, lloros, desinterés, consumo de sustancias, conductas más infantiles volviendo a etapas anteriores del desarrollo...
- Manifestaciones cognitivas: Se experimenta el miedo a la pérdida de otro familiar, dificultades en el proceso enseñanza-aprendizaje, pérdida de la atención, concentración y memoria, apatía, confusión y olvidos frecuentes, alucinaciones visuales y/o auditivas.
- Manifestaciones emocionales: Sentimientos de enfado, tristeza, ira, rabia, angustia, culpa y autoreproche, desapego, miedo, soledad, abandono, abatimiento, ansiedad, desesperanza...

Es evidente que factores como la edad, la etapa evolutiva y el género dependen a la hora del tipo de manifestaciones que presenta cada individuo. Respecto al género, el masculino presenta mayormente alteraciones conductuales (agresividad, comportamientos más infantiles, síntomas depresivos...) y el femenino suele presentar mayores síntomas depresivos, alteraciones en el sueño e incontinencia urinaria (Dowdney, 2005). Haciendo referencia a la edad, los infantes suelen presentar más problemas a nivel conductual o ansiedad, en cambio, en los adolescentes es más frecuente la alteración tanto en el sueño como en el apetito, así como la depresión o la disforia (emoción desagradable o molesta; ansiedad, tristeza, irritabilidad...). Las manifestaciones del duelo en adolescentes, son similares a las de los adultos, apreciando cambios a nivel fisiológico (predominando en los jóvenes) y a nivel psicológico (predominando en los de mayor edad) (Alba y del Rincón, 2012). Sin embargo, Ordoñez y Lacasta (2007) destacan tres diferencias en el proceso del duelo de los adultos y de los niños y adolescentes:

1. Los niños y adolescentes tienen mayor autoestima.
2. Los niños y adolescentes niegan constantemente el hecho.
3. Los niños y adolescentes presentan mayores habilidades para disfrutar de los momentos más felices, pudiendo olvidar por momentos lo sucedido.

Tizón (2013), afirma que las manifestaciones expresadas externamente por los pequeños son generalmente más perceptibles, llamativas y evidentes debido a que el control de los niños y de los adolescentes es menor, dando lugar a mayores impulsos y a la necesidad de estar de forma presente con sus personas referentes. Ordoñez y Lacasta (2007) afirma que además de producirse cambios en la conducta de los niños y adolescentes, también se producen en el rendimiento académico.

Son diversos los autores que hablan sobre las diferentes manifestaciones que cada persona puede experimentar y los factores que las condicionan. Ordoñez y Lacasta (2007) hacen un análisis en función del periodo de edad:

1. Periodo de dos a cinco años: Predominan las respuestas físicas de asombro (ojos y boca muy abiertos, quedarse sin habla, esquivar la mirada...) mostrando confusión al buscar a la persona fallecida. Vuelven a reaparecer comportamientos pasados infantiles (no separarse de los padres, orinarse...).

Otro factor es la ambivalencia, rabia y enfado por el abandono, miedo por no saber qué va a pasar, y mayor apego por aquellas personas que son su apoyo durante el proceso del duelo.

2. Periodo de seis a nueve años: Los niños y adolescentes se muestran a la defensiva negando lo ocurrido. Además, idealizan a la persona fallecida, llegando a establecer una relación imaginaria con ella, y a su vez, sintiéndose culpables al no poder expresar el sentimiento de tristeza que sienten. Otro sentimiento que aparece es el miedo, desembocando en agresividad hacia sus personas cercanas, asumiendo poco a poco la propia muerte.

Generalmente, tanto los niños como los adolescentes, pasan por todas las fases del duelo sin problemas mayores, superando la pérdida del ser querido (Ordoñez y Lacasta, 2007).

Otro de los autores, Tizón (2013), analiza las manifestaciones de los niños y adolescentes durante el duelo, de diferente manera:

Tabla 7.

Manifestaciones de Niños y Adolescentes en el Proceso del Duelo.

Afectivas	<ul style="list-style-type: none"> • Sentimiento de autoestima disminuida. • Se muestra de mal humor e irritado. • Parece triste y desapegado.
Quejas somáticas	<ul style="list-style-type: none"> • Quejas de dolores de cabeza. • Quejas y molestias gástricas y/o abdominales. • Alteración en el sueño → dificultades para dormir. • Alteración en la alimentación → falta de apetito.
Otros problemas emocionales	<ul style="list-style-type: none"> • Trastornos por/de: <ol style="list-style-type: none"> 1. Ansiedad 2. Conducta 3. Estrés postraumático • Hermetismo, insociabilidad...
Alteraciones de la adaptación educativa y social	<ul style="list-style-type: none"> • Falta de concentración, comprensión, memoria... • Problemas escolares.
Manifestaciones equivalentes a las de los adultos	<ul style="list-style-type: none"> • Trastornos patológicos como: <ol style="list-style-type: none"> 1. Depresión 2. Distimia (forma leve, pero crónica, de depresión)

Fuente: Elaboración propia a partir de Tizon (2013).

4.3.2. Antes de la pérdida

Hacer conscientes a los niños de lo que va a suceder y no ocultarlo es primordial. Sin embargo, es lo más inusual, ya que, por lo general, la respuesta de los adultos es apartarles de dicha situación para protegerles y hacer que no sufran tanto. Por ello, es importante, que, en la medida de lo posible, el niño pueda decidir si quiere y cómo quiere despedirse del ser querido. Ordoñez y Lacasta (2007), exponen que para que el niño pueda pasar el proceso del duelo tranquilo, con calma, es importante que se despida mediante actos o regalos con significado personal.

Cuando se conoce el destino de la persona enferma, debe prepararse al niño con antelación para dicha situación. de forma natural, sin alterar y preocupar al mismo. Trabajar el duelo antes del fallecimiento del ser querido, ayuda también a prevenir un duelo patológico. Para ello, diferentes autores exponen varias acciones (Arranz et al, 2003; Barreto et al., 2000; Lacasta, y Sastre, 2000):

1. Expresión de sentimientos por parte de los familiares.
2. Papel activo en el control y atención de síntomas.
3. Hacerle sentir útil e importante.
4. Repartir todas las tareas entre los miembros de la unidad familiar para hacer sentir a todos partícipes y necesarios.
5. Ayudar a aceptar la futura situación.
6. Normalizar el tema de la muerte, no tratarlo como un tema tabú.
7. Ayudar a expresar emociones y sentimientos.
8. Examinar miedos.
9. Prever acciones por si el niño se siente solo tras la pérdida.

10. Resolver problemas emocionales, previos y pendientes.
11. Normalizar los pensamientos y sentimientos que pueden producir el sentimiento de culpa (ver la necesidad de que el enfermo fallezca o aliviarse tras la pérdida).
12. Proporcionar rituales que ayuden a despedirse de la persona.

Estas actuaciones pueden resumirse en:

1. Identificar las preocupaciones, dificultades, necesidades y miedos para poder eliminarlos y/o aliviarlos.
2. Ayudar al manejo y expresión de emociones, sentimientos y comportamientos, para conseguir mayor control ante la situación.
3. Analizar los factores de riesgo y proporcionar diferentes recursos para prevenirlos.
4. Proporcionar información.
5. Ayudar y apoyar a afrontar la futura situación sin el ser querido.

Es imprescindible para que todo fluya de manera correcta, una buena comunicación tanto verbal como no verbal.

4.3.3. Después de la pérdida

Tras el fallecimiento del ser querido, se comunicará la noticia manteniendo el apoyo emocional, de forma gradual y de la manera más natural posible. Es importante ser sincero y no ocultar dicha situación a los niños, así como responder honestamente a sus dudas e inquietudes, pretendiendo facilitar el proceso del duelo y la adaptación a la nueva situación. Ordoñez y Lacasta (2007) declaran que es aconsejable que el antecesor vivo o una persona cercana con gran apego emocional al niño, le comunique la triste noticia, si la muerte ha sido de un antecesor.

Según Ordoñez y Lacasta (2007), si ocultamos lo sucedido, mintiendo al niño, puede que este tenga la esperanza de volver a ver a la persona fallecida, pero al ver que pasado un tiempo no es así, podrá crear en él sensación de abandono, produciéndose un duelo complicado. La explicación de lo sucedido, debe ser siempre favorecedora para el niño, teniendo en cuenta la etapa evolutiva en la que se encuentra y su madurez.

Por otro lado, según estos autores, tras comunicar la mala noticia, el niño debe ser quien elija como participa en el proceso. Es decir, se le debe permitir tomar la decisión de los actos a los que quiere ir, de cómo se quiere despedir... Pero previo a su participación, debe haber una explicación de a lo que se va a enfrentar, para que conozca su decisión, tanto si decide participar como si no.

Respecto a las medidas preventivas mencionadas anteriormente, para continuar en la consecución del proceso de duelo sin complicaciones, sería apropiado después de la pérdida (Barreto, y Soler, 2015; Neimeyer et al., 2006; Parkes, y Weiss, 1983):

1. Favorecer aquello que aumente la realidad de la pérdida.
2. Transmitir información acerca del proceso del duelo.
3. Aclarar duda e inquietudes sobre la muerte.
4. Hablar de la relación perdida.
5. Reforzar el proceso de adaptación de forma gradual.

6. Expresar las emociones, sentimientos y pensamientos.
7. Buscar ayuda y apoyo en familiares y amigos, en el entorno social.
8. Ayudar a establecer nueva forma de relación con el fallecido, de acuerdo con la nueva realidad.
9. Ayudar en la comprensión del sentido de la vida y la muerte.

Mediante estas acciones se intenta conseguir un correcto desarrollo del proceso del duelo, así como detectar duelos complicados o trastornos tras la pérdida.

Por lo contrario, si las complicaciones y complicaciones del proceso del duelo aumentan, y se detecta un duelo complicado, Worden (2016) destaca situaciones para las cuales se necesitaría terapia:

1. Cuando el duelo complicado se prolonga.
2. Cuando el duelo es manifestado a través de síntomas somáticos o conductuales enmascarados: Cuando el individuo no es consciente de que los síntomas que presenta están relacionados con la muerte de un ser querido.
3. Cuando el duelo es manifestado mediante una reacción exagerada.

El tratamiento del duelo se puede realizar de forma individual, grupal y/o familiar o combinada (Lacasta y Sastre, 2000). Si este es realizado individualmente, permite centrarse en problemas más concretos, pero sirve también como paso previo a la terapia grupal. Payás (2007), expone que la función de la terapia en grupo es educativa, unos aprenden de otros, aprenden que el duelo es un proceso que requiere tiempo, durante el cual se pasa por diferentes etapas y tareas de forma dinámica, pero es importante la actitud del individuo, debe participar de forma activa y comprometerse, ya que, aunque no sean responsables de lo sucedido, son responsables de sí mismos, de su recuperación.

Es fundamental durante este proceso en los niños, la ayuda y apoyo de los familiares, a nivel físico y psíquico, así como a nivel conductual, ya que los adultos son el ejemplo de actuación de los pequeños. Además, continuar con la rutina de siempre es fundamental para mantener la estabilidad en el niño, que no note ninguna alteración en su día a día,

con la finalidad de conseguir que la nueva situación se convierta en la normalidad de la vida cotidiana. Pero durante todo el proceso también es importante hablar de lo ocurrido, no ocultarlo ni negarlo, consiguiendo así una mejor y rápida finalización del duelo. Ordoñez y Lacasta (2007) manifiestan la importancia de la educación, la sociedad, y la familia para dejar al niño expresarse en todo momento y no mentirle sobre la situación, manteniendo la normalidad y dejando que el niño se desahogue, teniendo siempre en mente la posibilidad de las terapias individuales o colectivas como posible ayuda y solución si el duelo se complica, eligiendo siempre el momento oportuno y teniendo en cuenta las singularidades de cada persona.

4.4. El duelo en la educación

Dentro de estos subapartados se analizará el duelo en el mundo de la educación, las características psicosociales de los niños, la importancia del duelo en el sistema educativo, y la necesidad de una buena formación del profesorado en la Educación para la Muerte, ya que tanto ellos como la familia tienen un papel relevante en la formación de los estudiantes.

4.4.1. Características psicosociales en la etapa de Educación Infantil

Todo ser humano, incluso antes del nacimiento, es un ser social, es decir, siente los factores influyentes del medio donde vive y responde a ellos. Evidenciando así la importancia de los factores sociales en el proceso enseñanza-aprendizaje y desarrollo del niño.

Respecto a la socialización, según Rodríguez (2010), es el proceso mediante el cual el niño adquiere y comprende los valores, las normas y las actitudes y comportamientos propios del contexto que le rodea, en el cual se desarrolla y aprende. Esta enseñanza puede ser tanto de forma directa, mediante el uso de preguntas, ejemplos, práctica y retroalimentación, como aprendizaje por imitación, mediante la observación e imitaciones de la conducta de otras personas, generalmente personas cercanas e importantes.

Como afirman Gil-Lacruz et al. (1994), la familia, es el principal factor en el desarrollo social de los niños, el primer contexto donde se desarrollan. Sin embargo, la familia puede favorecer o dificultar tanto el presente como el futuro desarrollo social de los niños. Ello supone que antes de que los niños establezcan relaciones con sus iguales, la familia ya ha participado en dichas relaciones.

Otro de los factores más importantes en el proceso de la socialización de los niños, es la escuela. Como afirma Gutiérrez (2010), el inicio del niño en la escuela implica comenzar nuevas relaciones tanto con sus iguales como con adultos, quienes favorecerán el proceso de desarrollo social del niño. La escuela tiene el deber de facilitar y construir un entorno adecuado para el aprendizaje y desarrollo de las habilidades y pautas sociales entre niños,

favoreciendo y reforzando los buenos comportamientos, ayuda, cooperación... Así como colaborar cuando estos presentan carencias en la socialización, con el fin de conseguir una completa integración en todo el alumnado.

A la hora de hablar del desarrollo psicosocial del niño, es imprescindible mencionar al psicoanalista Erik Erikson. Erikson fue discípulo de Freud, quien, tras realizar cambios, ampliaciones y análisis de las teorías de su maestro, llegó a elaborar su propia teoría, la Teoría Psicosocial (Erikson, 2009). En dicha teoría argumenta que el ser humano pasa por diferentes conflictos que nos permiten el desarrollo psicosocial y personal. Cuando se van superando y resolviendo los conflictos de forma satisfactoria, se produce el crecimiento psicológico, gran potencial para el crecimiento. No obstante, si no se logra superar ciertos conflictos, el efecto es el contrario, un gran potencial para el fracaso.

A pesar de que Freud fuera su maestro, en esta teoría existen discrepancias entre Erikson y Freud. Freud para explicar el desarrollo evolutivo del individuo, otorga relevancia al desarrollo sexual, aspecto con el que Erikson difiere. Erikson argumenta que el individuo va desarrollando su conciencia gracias a la interacción social, a medida que este pasa por las distintas etapas.

Haciendo referencia a la Teoría Psicosocial de Erikson (2004), los niños entre seis y tres años, se encuentran en la tercera etapa, *Iniciativa VS Culpa*. En esta etapa el niño se desarrolla muy rápido, tanto a nivel físico como intelectual y de igual forma, crece su interés por todo aquello que le rodea, así como por relacionarse con sus iguales. Ello implica la relevancia del juego en la etapa, a través del cual descubren sus habilidades y capacidades, quieren estar constantemente realizando actividades. Pero si este factor es contrario al de sus progenitores, esta discrepancia, la negatividad ante las preguntas, inquietudes e iniciativas de los niños, provoca el sentimiento de culpabilidad en los mismos.

Otros autores, Palacios et al. (1999), exponen los tres procedimientos principales de socialización. Estos favorecen el conocimiento de la sociedad en la que viven, así como al comportamiento en función de la normativa establecida en su población. Estos aspectos, los cuales se relacionan por el progreso efectivo y cognitivo, son:

1. Proceso conductual: Proceso mediante el cual comprende cuales son los comportamientos deseados y adecuados para la sociedad, evitando realizar

aquellos comportamientos que la misma sociedad declina. Son las habilidades sociales.

2. Proceso afectivo: Es mediante este vínculo cuando el niño se relaciona y establece lazos afectivos con sus seres queridos, familiares, maestros, amigos...Lo que favorece el desarrollo de la amistad y el afecto, factores sociales de gran relevancia.
3. Proceso psíquico: Proceso por el cual el niño empieza a tener conocimientos sociales, es decir, empieza a conocer las normas de la sociedad a la que pertenece, las costumbres, las personas, el lenguaje...

Gil y Alcover (1998) argumentan acerca de la importancia del grupo social o grupo de juego de los niños en su desarrollo, siendo este imprescindible para el progreso de la identidad y saber ser en comunidad. A este argumento se suman Gómez y Acosta (2003), quienes expresan que a medida que pasa el tiempo, este grupo va aumentando, produciéndose cambios en función de la afinidad, personalidad, compatibilidad, creencias, sexo...Y es donde se demuestran las habilidades sociales y capacidades para resolver conflictos y afrontar nuevas situaciones de los niños.

Por todo ello, es importante considerar los procesos de socialización ya que favorecen las relaciones afectivas, el conocimiento social, el desarrollo y adquisición de la personalidad, el aprendizaje conductual y el desarrollo ético de los individuos.

4.4.2. El duelo en el contexto educativo y la necesidad de una Educación para la Muerte

Según los autores de la Herrán y Cortina (2008), la EpM se apoya y establece desde el punto de vista de la muerte como un ámbito con gran potencial formativo, por lo que es una gran iniciación para la formación, sirviéndonos como vía para enlazar la educación ordinaria con la educación para la conciencia. Por lo tanto, como manifiesta ambos autores, la EpM es entendida como la unión de diversas acciones con carácter formativo, con la finalidad de mejorar el conocimiento del profesorado produciendo así un cambio conceptual, afectivo y cognoscitivo sobre su ida de la EpM.

Dicha educación, ayudará al alumnado a entender el hecho de la muerte como algo natural e inevitables de la vida, a asimilarlo y afrontarlo, adquiriendo habilidades y actitudes de adaptación, emoción y autocontrol. Así pues, si no recibimos dicha formación y entendemos este hecho como natural, será difícil comprender las diferentes etapas y reacciones por las que pasamos o pasan nuestros seres cercanos ante amargo suceso, lo cual sitúa en desventaja al que sufre. Respecto a ello, ser capaz de comprender y pasar las etapas del duelo positivamente y conseguir vivir de forma eficaz después del hecho, es imprescindible para el bienestar del individuo. Pero el proceso de formación para lograrlo, no debe ser únicamente cuando se hayan detectado los problemas, sino, también debe llevarse a cabo de forma anticipada y preventiva para dar respuesta a futuros acontecimientos y situaciones, lo que provocará que el individuo esté preparado cuando estas sucedan (Poch y Herrero, 2003).

Sin embargo, a pesar de ser un tema tan antiguo y tan común que presentamos diariamente, en los medios de comunicación, en nuestro ámbito social, familiar...nadie se forma sobre ello, ni prepara e instruye, al alumnado en este caso, con la finalidad de encontrar sentido y significado a la muerte y al hecho de morir, así como al proceso cuando este hecho sucede. Por ello, puede decirse que su introducción en el sistema educativo está siendo muy tardía pese a su gran importancia y necesidad, ya que como bien manifiestan de la Herrán y Cortina (2008), si esta no es incluida en la enseñanza, no se estará educando para la vida. Dicho de otra manera, la escuela debe apoyar a los individuos en todas sus dimensiones, tanto a la persona como a todo lo que le rodea, dándole prioridad a su contexto familiar y no centrarse únicamente en la transmisión de contenidos (Poch y Herrero, 2003).

No obstante, a día de hoy, la EpM, no está incluida en ningún currículo. Tal y como afirma de la Herrán y Cortina (2007a), la educación oficial elude la muerte, excluyéndola del ámbito formativo. Y es que, aparte de ser educados en el esfuerzo, en la consecución de logros, aprendizaje de contenidos, desarrollo del saber ser... como Osho (2004) afirma, nadie prepara para morir, por ello nuestra cultura necesita tanto una educación para la vida como para la muerte.

Así mismo, la investigación existente en el ámbito educativo de España es escasa. Escasos autores, Mar Cortina, Concepció Poch, Alfonso de la Herrán... investigan y analizan la EpM desde la perspectiva educativa. Este hecho nos muestra que falta mucha labor educacional para darle su sitio en los centros educativos.

Con respecto a la formación de los familiares, es tan escasa que ello conlleva a tener miedo, a no saber cómo actuar ante esta realidad, y no asimilar el proceso del duelo por el que los pequeños o jóvenes pasan. Ello puede implicar que los adultos quieran eludir en sus hijos emociones negativas y desagradables aminorando el hecho, dejando de lado a los niños en el proceso o sobreprotegiéndoles (Cid, 2011). A esta idea, se suma Molina (2012), quien además añade que dicha protección, generalmente provoca dificultades en el proceso de duelo, convirtiéndose así en un duelo complicado.

Como afirman Poch y Herrero (2003), la muerte nos ayuda a trabajar valores como la empatía, el miedo, la salud, la cooperación, la expresión de sentimientos y emociones, la diversidad cultural, así como educar en el concepto de la finitud, la importancia de la vida, de vivir, disfrutar y aprovechar cada oportunidad, cada momento... presenta gran capacidad didáctica positiva.

Respecto a la diversidad cultural, es un aspecto muy positivo a la hora de trabajarlo en el aula, ya que debemos tener en cuenta que cada vez es mayor la variedad de creencias, religiones, etnias, culturas... dentro del aula. En consecuencia, de la Herrán y Cortina (2007b), definen la didáctica de la muerte, como la aplicación de la EpM tanto en la comunicación como en el conocimiento que se desarrolla en los contextos educativos, entendiendo por estos contextos la metodología, los recursos didácticos, la evolución, la conciencia, la formación y transformación del profesorado y el currículo.

Como se ha mencionado anteriormente, es el miedo de nuestra sociedad lo que provoca en gran parte el rechazo de este tema por parte de la escuela. González y de la Herrán (2015), exponen la subjetividad del concepto de miedo, por lo tanto, la dificultad de su

definición, ya que existen diferentes tipos de miedos (psicológico, real, irracional, físico, social...). Por ello, es imprescindible trabajar en el aula qué nos da miedo de la muerte y cuáles son nuestros propios miedos, teniendo siempre en cuenta el momento evolutivo en el que el niño se encuentra y la capacidad de comprensión de la muerte a la que pueda llegar (Poch y Herrero, 2003; Speece y Brent, 1984).

Aunque dicho rechazo no sea completo, las escasas veces que la muerte se trabaja en el aula, se trata de un tema transversal consensuado. Es por ello que de la Herrán y Cortina (2008) aportan que debería trabajarse como un concepto obligatorio dentro de la enseñanza planificada, ya que afirman que es una asignatura pendiente, la cual debe impartirse desde la educación ordinaria, empezando por Educación Infantil hasta finalizar la Universidad, de la forma menos prejuizada posible. En este proceso educativo, no solo educa la escuela, también los padres, los medios de comunicación, el grupo de iguales... Pero a día de hoy, pocos piensan sobre qué, cómo y dónde educar, por ello Arnaiz (2003) reflexiona sobre la importancia de que en la escuela se eduque teniendo en cuenta la muerte como base que oriente los valores en la vida. “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” (Verdú, 5 de julio de 2002).

4.4.3. Formación de docentes en Educación para la Muerte

El aprendizaje que asume el alumnado a nivel social, cognitivo y personal para enfrentarse y afrontar las futuras situaciones de su vida, recae, en gran parte, en manos de los docentes, los que asumen la responsabilidad de su formación mediante la transmisión de conocimiento que están en continua evolución. Es fundamental acompañar educativamente a los niños durante el proceso del duelo, para lo que es necesario la formación del profesorado (de la Herrán y Cortina, 2008). Por ello, los docentes, deben estar en continuo aprendizaje, actualizar la información, para cumplir con la función de la enseñanza, ya que, como dice Santos (2010), nadie está formado para siempre.

No obstante, aun conociendo dicha necesidad, la EpM no está incluida en ningún currículo para la formación de alumnos, y menos para la formación del profesorado, aun siendo una necesidad en la realidad del alumnado y un hecho que afecta a la vida de todos. Por esa razón, Colomo y Cívico (2018) manifiesta la importancia de que dicho tema tenga su propio espacio en el currículum, debido a que igual que se aprende a vivir es necesario aprender a morir.

Como afirma Lupión y Gallego (2017), los centros educativos siguen caracterizándose por ser tradicionales, enfocando el proceso enseñanza-aprendizaje del alumnado en los resultados finales, a pesar de que la adaptación a la vida cotidiana, a la realidad, conlleva la renovación de contenidos, metodologías y temas innovadores que ayudan al desarrollo del ser humano. Bowie (2000) considera que dicho tema, el cual provoca curiosidad, atención e interés, debe formar parte de la innovación curricular en la formación de los maestros. Por ello, la escuela debe adoptar un papel activo en dicha enseñanza, y no confiar en que será la propia vida quien nos enseñe la dolorosa realidad de la muerte (Orellana, 1999).

El duelo es un proceso que necesita pasarse y posteriormente, una adaptación. El profesorado deberá conocer previamente las diferentes situaciones de alarma que pueden presentarse en los alumnos, siendo estas: falta de memoria, de atención y de concentración, comportamientos ansiosos, comportamientos hiperactivos, caída del rendimiento académico, irritabilidad y dificultad a la hora de relacionarse con los compañeros (Artaraz et al. 2017). Además, esta autora propone actuaciones a seguir como profesionales:

- Establecer comunicación continua con las familias.
- Mantener la normalidad en el aula.
- Flexibilidad.
- Proporcionar al niño apoyo adicional en el centro educativo, atendiendo a necesidades particulares.
- Preparar a los niños para la vuelta de un compañero que esté pasando por el proceso del duelo.
- Tener en cuenta las fechas señaladas relacionadas con el suceso.

Según González y de la Herrán (2015), el miedo que el niño le pueda tener a la muerte, es aquel que se le inculca. Y es que, una educación donde se tratara el tema de la muerte sin tabúes, empezando en edades tempranas, desde que las personas son más receptivas, formaría a individuos más críticos, objetivos, con mayor libertad, y menos influenciados. Pero para ello, es esencial maestros con vocación y con ganas de seguir aprendiendo para mejorar así sus competencias y habilidades, teniendo en cuenta también la relación e implicación con la familia, otro agente importante en la educación de los niños.

Para poder tratar un tema con tanta complejidad, es necesario una buena formación de docentes, la cual según de la Herrán y Cortina (2008), quienes diferencian dos niveles, deben cumplir:

1. Formación de docentes y familiares: Entrevistas públicas, seminarios, role-playing, diálogos, mesas redondas...
2. Formación de equipos directivos: Grupos de discusión, cursos de formación, grupos de investigación, asesoramiento por parte de expertos...

Por otro lado, los autores Feijoo y Pardo (2003), sostienen que la formación del profesorado en la EpM cuenta con dos objetivos:

1. Beneficiar la madurez y el conocimiento en los conceptos de finitud y fragilidad de la existencia del ser humano, mediante:
 - Superación y trabajo a la muerte y a los miedos que esta provoca.
 - Manejo de la ansiedad, en caso de sufrirla.
 - Aceptar la muerte, disminuyendo su negación.
 - Asumir la propia muerte, integrándola en el sentido de la vida.
2. Reforzar el rol educativo, mediante:

- Responder y tratar con naturalidad las inquietudes y preguntas de los alumnos.
- Realizar actividades en el aula relacionadas con el concepto de finitud.
- Detectar síntomas y manifestaciones en alumnos como señal de ayuda psicológica preventiva.

Otros autores, Cortina et al. (2015), expresan que las escuelas han aceptado el estudio de la muerte desde la biología, sociología y antropología, pero poco se menciona a nivel pedagógico y psicológico.

Estos mismos autores proponen que las escuelas deberían educar en la evolución interna y externa de las personas, lo que implica la incorporación a la enseñanza y a la formación del profesorado el tema referente a la muerte, ya que, si esto no se hace, puede que tampoco se pueda educar. Esta enseñanza y formación, adaptándola al momento evolutivo del niño, ayuda a equilibrar las emociones y los pensamientos, a autogestionarse emocionalmente, mediante la anticipación de soluciones y estrategias ante un suceso complicado como es la muerte de un ser querido.

Veneu y Costa (2016) expresan que no puede continuar siendo excluido y oculto en la educación un hecho que afecta a la vida de todo ser humano, llegando incluso a determinarla. Así como tampoco puede seguir ignorándose de los procesos enseñanza-aprendizaje ni de la formación de los docentes o futuros docentes.

5. Entrevistas a maestros

Para poder analizar el tema abordado desde una perspectiva más cercana y real, se han realizado entrevistas a profesionales de la educación en Finlandia y en España. Se llevará a cabo un análisis profundo de estas entrevistas con el fin de continuar comprobando la veracidad de la hipótesis planteada.

5.1. Selección de la muestra

Una buena manera de comprobar una vez más y poder constatar mi idea de la poca visibilidad y el poco trabajo que tiene el tema de la muerte en las escuelas, era a través de entrevistas. Es por ello que las entrevistas fueron realizadas a profesionales de la educación, con el objetivo de indagar acerca del conocimiento y formación por parte del profesorado en la EpM y su puesta en práctica en el aula.

Durante mi periodo de prácticas tanto de Erasmus en Finlandia como en España, he explicado al profesorado de dichos colegios de que trataba mi trabajo y si podía contar con ellos, siendo su respuesta afirmativa en todo momento.

Respecto a los diferentes lugares, quise realizar también una comparativa entre ambos y conocer cómo se trabaja en otros lugares del mundo la muerte, en concreto, en Finlandia, donde el sistema educativo es el mejor del mundo, y en España, para reafirmar mi idea acerca de la poca visibilidad de dicho tema.

Las entrevistas fueron realizadas a diez profesionales en cada escuela, en cada país, numero con el que poder variar edades, sexo y especialidad. Todos ellos recibieron una explicación previa sobre el trabajo, para qué era la entrevista y el uso que después le daría, consintiendo el uso de su información en el TFG.

Como se ha mencionado anteriormente, todos ellos recibieron previamente una explicación sobre lo que abordaría el TFG y la entrevista, ante la cual se mostraron muy atentos e interesados. Compartiendo conmigo la idea de la falta de trabajo en la EpM en los colegios, y la importancia de la misma, así como la escasa formación del profesorado en dicho tema, siendo estas algunas motivaciones que les hicieron participar en mi investigación.

5.2. Guion de la entrevista

La entrevista contiene una pequeña introducción con información sobre el duelo para situar a los entrevistados en el tema a tratar. Seguidamente, empiezan los interrogantes. Estos abordan el tema de la muerte principalmente en conjunto con la escuela y a nivel personal como profesionales de la educación. Recoge información sobre lo que significa el duelo para ellos, qué piensan acerca de trabajar el tema en el aula, qué formación tienen sobre ello, cuándo creen que es adecuado introducirlo y trabajarlo, si es importante la educación emocional...

1. ¿Qué entiendes por *El duelo*? / What do you understand about *Grief*?
2. ¿Qué piensas sobre *El duelo*? / What do you think about *Grief*?
3. ¿Qué formación / información tienes sobre *El duelo*? / What training / information do you have about *Grief*?
4. ¿En qué momento introducirías el tema de *El duelo* en el aula? / At what point in time would you introduce *Grief* in the classroom?
5. ¿Cómo enseñarías / trabajarías *El duelo* en el aula? / How would you teach / work *Grief* in the classroom?
6. ¿Con qué frecuencia has escuchado hablar de *El duelo* en el aula? / How often have you heard about *Grief* in the school?
7. ¿Crees que es un tema importante para tratarlo en el aula normalmente? ¿Por qué? / Do you think it is an important topic to deal with in the classroom normally? Why?
8. ¿Has abordado el tema durante tus años de profesor /a? / Have you dealt with the subject during your years working as a teacher?

9. ¿Crees que es apropiado abordar el tema en Educación Primaria? ¿Y en Educación Infantil? ¿Por qué? / Do you think it is appropriate to address the issue in an elementary school? And what about early childhood education? Why?
10. ¿Crees que la educación emocional es necesaria en la escuela? ¿Por qué? / Do you think that emotion education is necessary in the school? Why?

Estas preguntas han sido elaboradas porque considero que son preguntas clave, concisas y claras para poder obtener la información que busco y con las que el personal entrevistado puede sentirse cómodo, ya que no tratan información íntima.

Las entrevistas fueron realizadas en ambos colegios de forma individual. Durante mi periodo de prácticas tanto en Finlandia como en España, cuando los profesores a los que quería entrevistar tenían libre, nos reuníamos en un despacho o en la sala de profesores para poder realizar la entrevista en un lugar tranquilo y silencioso, donde la comunicación pudiera ser fluida y efectiva. Primeramente, hablábamos del tema a tratar, les ponía en situación y les explicaba el porqué de la investigación y de la entrevista, y solicitaba su consentimiento para usar su información en el TFG. Posteriormente, les realizaba las preguntas que tenía escritas en un folio e iban contestándome de forma oral. Respecto a sus respuestas, iba tomando nota de todo aquello que decían y, además, para poder registrar sus respuestas con mayor exactitud, utilicé una grabadora de voz. Durante la entrevista, también iba realizando aclaraciones sobre las cuestiones y resolviendo dudas.

5.3. Perfil de las entrevistas

Tabla 8.

Caracterización de las Personas Entrevistadas en cuanto a las Variables Sociodemográficas.

ENTREVISTADO	GÉNERO	EDAD	PAÍS	AÑOS DEDICADOS A LA DOCENCIA	ETAPA EDUCATIVA EN LA QUE ENSEÑA
<i>Entrevistado 1</i>	<i>Femenino</i>	<i>25</i>	<i>Finlandia</i>	<i>2</i>	<i>Educación Infantil</i>
<i>Entrevistado 2</i>	<i>Femenino</i>	<i>28</i>	<i>Finlandia</i>	<i>5</i>	<i>Educación Primaria</i>
<i>Entrevistado 3</i>	<i>Masculino</i>	<i>32</i>	<i>España</i>	<i>4</i>	<i>Educación Infantil</i>
<i>Entrevistado 4</i>	<i>Masculino</i>	<i>36</i>	<i>España</i>	<i>7</i>	<i>Educación Infantil</i>
<i>Entrevistado 5</i>	<i>Femenino</i>	<i>36</i>	<i>Finlandia</i>	<i>11</i>	<i>Educación Primaria</i>
<i>Entrevistado 6</i>	<i>Femenino</i>	<i>34</i>	<i>España</i>	<i>6</i>	<i>Educación Primaria</i>
<i>Entrevistado 7</i>	<i>Masculino</i>	<i>30</i>	<i>España</i>	<i>3</i>	<i>Educación Infantil</i>
<i>Entrevistado 8</i>	<i>Femenino</i>	<i>39</i>	<i>Finlandia</i>	<i>12</i>	<i>Educación Primaria</i>
<i>Entrevistado 9</i>	<i>Masculino</i>	<i>33</i>	<i>Finlandia</i>	<i>9</i>	<i>Educación Infantil</i>
<i>Entrevistado 10</i>	<i>Masculino</i>	<i>41</i>	<i>España</i>	<i>11</i>	<i>Educación Primaria</i>
<i>Entrevistado 11</i>	<i>Masculino</i>	<i>43</i>	<i>España</i>	<i>14</i>	<i>Educación Infantil</i>
<i>Entrevistado 12</i>	<i>Femenino</i>	<i>41</i>	<i>Finlandia</i>	<i>12</i>	<i>Educación Infantil</i>
<i>Entrevistado 13</i>	<i>Masculino</i>	<i>44</i>	<i>Finlandia</i>	<i>20</i>	<i>Educación Primaria</i>
<i>Entrevistado 14</i>	<i>Masculino</i>	<i>48</i>	<i>España</i>	<i>22</i>	<i>Educación Primaria</i>
<i>Entrevistado 15</i>	<i>Femenino</i>	<i>49</i>	<i>España</i>	<i>24</i>	<i>Educación Infantil</i>
<i>Entrevistado 16</i>	<i>Femenino</i>	<i>48</i>	<i>Finlandia</i>	<i>21</i>	<i>Educación Primaria</i>
<i>Entrevistado 17</i>	<i>Masculino</i>	<i>52</i>	<i>España</i>	<i>25</i>	<i>Educación Primaria</i>

<i>Entrevistado 18</i>	<i>Femenino</i>	<i>52</i>	<i>Finlandia</i>	<i>26</i>	<i>Educación Primaria</i>
<i>Entrevistado 19</i>	<i>Masculino</i>	<i>55</i>	<i>Finlandia</i>	<i>31</i>	<i>Educación Primaria</i>
<i>Entrevistado 20</i>	<i>Femenino</i>	<i>61</i>	<i>España</i>	<i>37</i>	<i>Educación Primaria</i>

Fuente: Elaboración propia.

5.4. Análisis de las entrevistas

Las presentes entrevistas recogen la voz de diferentes profesionales de la educación sobre *El duelo* y la *Educación para la Muerte*. En este sentido, se analizarán las respuestas de los veinte entrevistados.

- PREGUNTA 1. ¿Qué entiendes por *El duelo*? / What do you understand about *Grief*?

Las respuestas a esta pregunta han sido generalmente muy similares, debido a la explicación previa e información transmitida acerca del tema.

Puede decirse que los docentes entrevistados entienden el duelo como el proceso psicológico por el que pasa una persona cuando fallece alguien cercano a ella, siendo evidente que cada individuo lo vivirá de una forma, con más o menos dificultades.

“El duelo, además de ser un proceso universal, por el cual todo el mundo pasa, es una experiencia personal. Es el proceso por el que las personas pasamos cuando un ser querido muere.” (Entrevistado 11).

- PREGUNTA 2. ¿Qué piensas sobre *El duelo*? / What do you think about *Grief*?

En referencia a esta pregunta, las respuestas fueron igualmente parecidas.

Por lo general la respuesta fue que el duelo es un proceso duro, por el cual todos pasamos, un proceso que forma parte de la vida y, sin embargo, no se habla de él como se debería. Coincidiendo todos en la gran importancia que tiene la EpM, abordar dicho tema en el aula.

“Es un tema bastante desconocido, todos sabemos lo que es la muerte, pero no sabemos más allá, ni por las fases que pasamos, ni los problemas o enfermedades que puede ocasionarnos y sería importante conocerlo para poder poner remedio si el proceso no se desarrolla de forma “normal”. Cuando yo era pequeña en mi escuela no se escuchaba nada acerca de ello y a día de hoy tampoco, y considero que es un tema muy importante que si pudiéramos empezar a trabajarlo desde Educación Infantil sería ideal.” (Entrevistado 18).

- PREGUNTA 3. ¿Qué formación / información tienes sobre *El duelo*? / What training / information do you have about *Grief*?

Esta respuesta ha sido unánime, todas las personas entrevistadas han coincidido en que ninguna de ellas está formada en Educación para la Muerte, por lo que, una vez más, se reafirma uno de los motivos por los que ha sido realizada esta investigación, por la falta de formación del profesorado en dicho tema.

Respecto a la segunda pregunta formulada, la información que tienen sobre el tema es escasa, conocen el concepto y suponen ciertas dificultades o acontecimientos que pueden suceder cuando una persona está pasando por él, pero por experiencias personales.

Cabe destacar que dichas experiencias personales no han sido relatadas ni detalladas, ya que, en ningún momento he querido intimidar o hacer sentir incomodo a nadie.

“No tengo ninguna formación, y más que información tengo experiencia, pero la experiencia es subjetiva, cada uno lo vive de una manera.” (Entrevistado 7).

- PREGUNTA 4. ¿En qué momento introducirías el tema de *El duelo* en el aula? / At what point in time would you introduce *Grief* in the classroom?

En las respuestas de esta pregunta ha habido discrepancia. La mayoría de personas entrevistadas, dieciséis en concreto, han argumentado que el momento oportuno para introducir el duelo en el aula sería Educación Infantil, ya que a esas edades los niños son como esponjas, se quedan con todo lo que escuchan y aprenden, y sería importante que empezaran a tratarlo para una futura mejor asimilación.

“Sin ninguna duda en Educación Infantil, es la edad perfecta para introducir todo tipo de información, lógicamente adaptada a su etapa evolutiva, pero cuanto antes aprendan nuevos conceptos y realidades, mejor las asimilarán en un futuro.” (Entrevista 6).

Los otros cuatro profesionales opinan que introducir el duelo en la etapa de Educación Infantil es muy pronto. Exponen que no es necesario a esas edades someter a los niños a contenidos tan fuertes tanto a nivel emocional como cognitivo, por lo que piensan que el momento adecuado para trabajar el tema es en Educación Primaria, sobre los 8 años.

“La muerte es un tema muy duro y doloroso, sería conveniente introducirlo cuando ellos pueden experimentar y aprender más de forma autónoma, y se han relacionado más con

la sociedad que les rodea, así que yo lo introduciría en Educación Primaria, creo que serían más capaces de comprender el propio concepto de la muerte y conceptos relacionados.” (Entrevistado 19).

- PREGUNTA 5. ¿Cómo enseñarías / trabajarías *El duelo* en el aula? / How would you teach / work *Grief* in the classroom?

Las respuestas obtenidas en esta pregunta han sido sorprendentemente gratas, ya que, todo el profesorado ha propuesto maneras de trabajar dinámicas, haciendo mención a la gamificación, el aprendizaje basado en proyectos y la cooperación, dejando a un lado las clases magistrales.

Indagando más en la pregunta, se han mencionado las canciones, películas, letras, asambleas... Como herramientas para el trabajo de la muerte en el aula.

Por otro lado, ha habido una diferencia entre ambos países. Los docentes de España han recalcado la importancia del trabajo cooperativo entre las familias y la escuela, mientras que los docentes de Finlandia, no han comentado nada al respecto.

“Ya que la muerte es un tema triste, hay que trabajarlo de forma dinámica, alegre, haciendo que el alumno entienda que es un hecho natural y que después de la pérdida de un ser querido, nuestra vida sigue. Utilizaría canciones y películas, analizaría las letras y la historia. También es importante trabajar la expresión de sentimientos, para ello haría asambleas con todo el grupo fomentando además el apoyo en los compañeros.” (Entrevistado 4).

- PREGUNTA 6. ¿Con que frecuencia has escuchado hablar sobre *El duelo* en la escuela? / How often have you heard about *Grief* in the school?

Esta es otra de las preguntas en las que existe diferencia entre ambos países, aunque generalmente, las respuestas son similares.

Los profesionales entrevistados, por lo regular, nunca o casi nunca han escuchado hablar sobre *El duelo* en la escuela. Exceptuando a tres de ellos, los tres españoles, quienes ya

sea en reuniones con las familias, en el aula o hablando con diferentes compañeros de profesional han escuchado hablar sobre ello.

“Casi nunca, por no decir nunca.” (Entrevistado 9).

“La verdad es que no es un tema que se escuche todos los días desgraciadamente. Desde que estoy en el cole han sido escasas las veces que se ha hablado de ello, aunque no puedo decir que nunca lo haya hecho. He tratado el tema en alguna tutoría con los papis de alumnos y si he notado algo raro o alguna alarma en ese nene o nena, he hablado individualmente con ellos, y alguna vez algún tema abordado en el aula tenía relación con la muerte, pero no ha sido trabajada de forma directa, centrándonos especialmente en eso.” (Entrevistado 6).

Este es otro punto donde puede verse la falta de formación por parte del profesorado en dicho tema y la poca frecuencia con la que se aborda la muerte en los centros educativos.

- PREGUNTA 7. ¿Crees que es un tema importante para tratarlo en el aula normalmente? ¿Por qué? / Do you think it is an important topic to deal with in the classroom normally? Why?

A pesar del gran desconocimiento por parte de los docentes acerca del tema, todos ellos piensan que es un tema de gran importancia para tratar en el aula. Argumentan que al ser un tema por el que todo ser humano va a pasar, es importante trabajarlo en el aula, ya sea desde Educación Infantil o Educación Primaria, para que el aprendizaje y comprensión del tema sea progresiva y no se choquen con la cruda realidad el mismo día que sufran alguna pérdida.

“Por supuesto, sé que es un tema que no se trata, e hipócritas de nosotros por decirlo y no hacerlo, pero es la realidad. Es importante porque todos vamos a pasar por el proceso del duelo, y es mejor pasar por él teniendo conocimientos sobre ello y pudiendo controlar o saber en cierta forma lo que puede suceder y que no nos pille inesperadamente y podamos pasarlo peor de lo normal.” (Entrevistado 2).

- PREGUNTA 8. ¿Has abordado el tema durante tus años de profesor/a? / Have you dealt with the subject during your years working as a teacher?

Esta es otra de las preguntas de la que puedo sacar evidencias acerca de mi inquietud a la hora de investigar sobre este tema. Todo el personal entrevistado ha contestado directamente que no, ninguno de ellos ha trabajado el tema en el aula.

“No, es un tema que en mis años como docente no he abordado ni he escuchado que mis hijos lo hayan trabajado en el cole.” (Entrevistado 13).

No obstante, únicamente el profesorado de España ha hecho matices. Algunos de ellos no han tratado el tema directamente en el aula, pero si han realizado alguna actividad relacionada. Los mismos docentes, comentan que han abordado el tema también en reuniones con familiares, cuando la pérdida ha supuesto un golpe duro en el alumnado, lo que ha derivado a las reuniones de forma individual con dicho estudiante.

“He abordado el tema con papás y mamás de alumnos en tutorías personales y me acuerdo que en una ocasión el alumno lo llevo bastante mal y las reuniones con sus padres fueron bastante continuas donde hablábamos cómo podíamos trabajarlo, pero no he trabajado el tema directamente en el aula como tema principal de la sesión.” (Entrevistado 17).

- PREGUNTA 9. ¿Crees que es apropiado abordar el tema en Educación Primaria? ¿Y en Educación Infantil? ¿Por qué? / Do you think it is appropriate to address the issue in a elementary school? And what about early childhood education? Why?

Esta pregunta es similar a la pregunta seis, por lo que las respuestas han sido las mismas. La mayor parte de los docentes entrevistados opina que lo más apropiado es introducir el tema de la muerte en Educación Infantil, para que el proceso enseñanza-aprendizaje de este sea progresivo y puedan tener mayor conocimiento de él lo antes posible por lo importante que es este tema a nivel emocional. Argumentan que el tema debe seguir trabajándose de forma continua, cada año, empezando por Educación Infantil, continuando por Educación Primaria, siguiendo por Educación Secundaria...para sentirse preparados cuando dicho acontecimiento suceda.

“Un alumno de Educación Infantil no está preparado para aguantar tanto dolor, debe disfrutar, ya llegará el momento para hablar de la muerte, lo que no quiere decir que no deba trabajarse en el aula.” (Entrevistado 5).

El resto de docentes, tres de ellos, han vuelto a mencionar que lo adecuado sería introducir la EpM en Educación Primaria, cuando el alumnado es algo más mayor tiene más

habilidades y capacidades para comprender algunos conceptos relacionados con el tema, además de argumentar que no es necesario que un niño de Educación Infantil pueda llegar a sentir sentimientos tan fuertes de tristeza y dolor.

- PREGUNTA 10. ¿Crees que la educación emocional es necesaria en la escuela? ¿Por qué? / Do you think that emotion education is necessary in the school? Why?

La educación emocional es importante por parte de los docentes de Finlandia y de España, pero no se trabaja por igual en ambos países. Opinan que es importante aprender conocimientos, pero también saber controlar sus emociones y sentimientos ya que ello deriva a un bienestar y un buen desarrollo personal, así como saber ser con los demás.

Gracias a mi experiencia en ambos lugares, también he notado diferencias respecto a este tema. En España, en el colegio donde he realizado las prácticas, la educación emocional tiene gran importancia en el proceso enseñanza-aprendizaje, se preocupan mucho por el alumnado a nivel personal. Sin embargo, en Finlandia, la educación emocional está presente, aunque no de forma tan extendida en todos los ámbitos ni con tanta frecuencia.

“Antes de trabajar en este colegio, trabajé en otro colegio de Chile y he notado mucho la diferencia. En Chile la expresión de emociones, la educación emocional, no tiene nada que ver con Finlandia, se nota que aquí la gente es más fría y no cuenta sus problemas o experiencias personales o “íntimas”, ni siquiera para recibir ayuda, así que la personalidad de la gente no cambia fuera o dentro del colegio, si son fríos fuera, son fríos dentro, las cosas de casa se quedan en casa. Con esto no quiero decir que una sea peor o mejor que la otra, simplemente son diferentes y cada uno verá “normal” lo que se hace en su país y le llamará la atención lo que sea contrario a lo suyo.”

Finalmente, analizando las respuestas obtenidas en las entrevistas puede verse que es real la falta de formación por parte del profesorado en la EpM, lo que provoca inseguridad a la hora de trabajar el tema en el aula. Esta falta tanto de formación como de información da lugar también a la escasez de recursos y materiales sobre el tema de la muerte.

Como puede comprobarse, todo el profesorado opina que es un tema de gran importancia, un tema que debe tratarse desde edades tempranas en el aula y el alumnado debe ser

consciente del hecho de la pérdida, pero ninguno de ellos se ha formado en ello o lo han trabajado de manera directa y completa.

Respecto a los dos países, España y Finlandia, se puede decir que hay diferencia a la hora de la preocupación y trabajo por el alumnado. En ambos colegios existe esta preocupación e interés, pero en el colegio de España se trabaja de forma más profunda, pausada y dándole la importancia que de verdad se merece, dedicando sesiones y proyectos a ello. Sin embargo, en el colegio de Finlandia donde realicé las prácticas, la educación emocional suele salir a la luz a raíz de algún problema que ha surgido, alguna pregunta o inquietud o la celebración de algún día importante.

Es por ello que, si todos estamos de acuerdo en la importancia que tiene la EpM en cualquier sistema educativo, en la formación del profesorado, y, por lo tanto, en el proceso enseñanza-aprendizaje de los estudiantes, y queremos que se ponga en práctica, debemos ponernos a ello.

6. Propuesta de intervención

6.1. Introducción

La justificación de esta propuesta de intervención, como se ha mencionado anteriormente, es a causa de la falta de trabajo e importancia sobre la EpM en los centros educativos. Esto es debido especialmente a la nula formación por parte del profesorado en dicho ámbito, ya que no cuentan con las herramientas necesarias y las estrategias pedagógicas adecuadas para poder intervenir ya sea de manera preventiva o atenuante, así como a la falta de dicho tema en el currículo. He podido comprobarlo durante mis cuatro años de prácticas en diferentes colegios, así como en mi experiencia como alumna.

A día de hoy, vivimos en una sociedad en la cual el sistema educativo ha ido cambiando con el paso de los años, centrándose principalmente en que el alumnado aprenda contenidos y conocimientos, competencias y habilidades para poder enfrentarse a situaciones futuras, pero todo ello enfocado a una educación para la vida. Sin embargo, debería educarse por igual para la muerte, puesto que es un tema que todo ser humano debería conocer y tratar, ya que forma parte del ciclo de la vida.

Otro de los motivos que me ha impulsado a llevar a cabo este trabajo ha sido el lugar que ocupa hoy en día la muerte en nuestra sociedad. Como afirma de la Herrán (2008) la muerte es considerada un tema tabú, un tema desagradable el cual se intenta evitar. Todo ello provoca que los individuos tomen una actitud negativa e incorrecta hacia la muerte, tratándola con superficialidad, aun siendo conscientes de que es un hecho que puede suceder a todas las personas. Esto conlleva a que los centros educativos no incluyan los temas relacionados con la muerte en su currículo.

Por otro lado, el material existente sobre la EpM es escaso, e incluso a veces, llega a ser tratado de forma superficial, lo que provoca la pérdida o disminución de la intención y el sentido principal por el que se aborda dicho tema. Por ello, he querido que las actividades propuestas en esta propuesta de intervención fomenten la curiosidad, reflexión y motivación por conocer y tratar el tema de la muerte, haciendo que el alumnado participe y sea el principal protagonista de su proceso de aprendizaje.

6.2. Objetivos

Objetivos específicos:

1. Naturalizar la muerte. Entender la muerte como parte imprescindible del ciclo de la vida.
2. Trabajar la conciencia de la muerte.
3. Prever y evitar procesos del duelo patológico/complicado.
4. Suministrar herramientas y técnicas para aceptar y soportar el miedo y el sufrimiento.
5. Investigar, reflexionar, conocer y respetar las distintas creencias sobre la muerte.
6. Trabajar el concepto de universalidad, irreversibilidad y no funcionalidad.
7. Fomentar el pensamiento y la reflexión en grupo e individual.
8. Reflexionar y compartir con los compañeros las propias experiencias, deseos o miedos sobre la muerte.
9. Conocer la importancia de valorar las cosas/personas antes de perderlas.
10. Favorecer la empatía y confianza entre el grupo.
11. Favorecer y facilitar la expresión de sentimientos y emociones.

6.3. Metodología

La metodología empleada para trabajar en el aula la propuesta de intervención será una recopilación de varias de ellas, sacando lo mejor de cada una y en función de la actividad de cada sesión.

Las metodologías utilizadas son la gamificación, la enseñanza mediante dinámicas de juego, ya sea libre o dirigido. Los autores González y Blanco (2008) afirman que es una herramienta que fomenta los comportamientos cooperativos, colaborativos y la autonomía. Idea a la cual Castellón y Jaramillo (2012) añaden que favorece los deseos e intereses del alumnado mediante dinámicas de juego. Esta metodología, como exponen Lee y Hammer (2011), potencia y favorece la motivación, la concentración, la atención y el esfuerzo del alumnado.

Por otro lado, el método de María Montessori, basándose principalmente en la participación activa del alumnado, como individuo que dirige la actividad y la observación y orientación por parte del profesor. Según Montessori (1971), este método permite que el alumnado explore con libertad y a través del descubrimiento el entorno que le rodea, mediante la curiosidad y experiencia propia, factores fundamentales para que el alumnado esté motivado y tenga la autonomía de reflexionar y enfrentarse a nuevas y diferentes situaciones. Montessori (1982) declara que esta metodología mantiene la autenticidad de cada individuo, respetando el ritmo de cada uno.

Otra metodología empleada es el trabajo cooperativo, como afirma Pujolás (2009) es el uso didáctico de grupos de alumnos, normalmente heterogéneos, que incita a la participación igualitaria por parte de todos los miembros del grupo, favoreciendo la interacción entre los mismos. Argumento al cual Rué (1994) añade que es una forma de trabajo en la cual los participantes deben coordinarse entre sí para resolver la actividad propuesta y profundizar en su propio aprendizaje.

Por lo tanto, el alumnado tomará un papel activo en su proceso enseñanza-aprendizaje, interactuando e interviniendo en el propio y con sus compañeros, desarrollando de esta forma una metodología activa y participativa.

Previamente, es importante conocer la etapa cognitiva en la que se encuentra el niño para la propuesta y realización de actividades sobre la muerte, favoreciendo positivamente el diseño de actividades reales que el alumnado pueda experimentar y practicar.

6.4. Actividades

A continuación, se presentarán las diferentes actividades que se llevarán a cabo en esta propuesta de intervención.

Lluvia de ideas.

Objetivos:

- Conocer los conocimientos previos del alumnado.
- Naturalizar la muerte. Entender la muerte como parte imprescindible del ciclo de la vida.
- Trabajar la conciencia de la muerte.
- Fomentar el pensamiento y la reflexión en grupo e individual.
- Reflexionar y compartir con los compañeros las propias experiencias, deseos o miedos sobre la muerte.
- Favorecer la empatía y confianza entre el grupo.
- Favorecer y facilitar la expresión de sentimientos y emociones.

Desarrollo de la actividad:

Tras el visionado de un video, donde relata un cuento que aborda el tema de la muerte, en gran grupo se realizará una lluvia de ideas para conocer las ideas previas del alumnado, sus creencias y su desarrollo emocional respecto al tema tratado. La lluvia de ideas tendrá una parte libre, en la que el alumnado podrá comentar los aspectos con libertad, y posteriormente, el profesor se convertirá en un “guía”, realizará preguntas relacionadas con el tema como: *¿Dónde vamos cuando nos morimos?*, *¿Por qué nos morimos?*, *¿Qué es la muerte?* Todas las respuestas dadas e ideas expresadas serán apuntadas en la pizarra para que el alumnado pueda tener un esquema visual.

Posterior al debate, el alumnado escribirá en un papel dudas que les hayan surgido que deberán preguntar en casa para ponerlas en común en el aula.

<https://www.youtube.com/watch?v=y-3nbWL3OoY>

Materiales:

- Papel
 - Lápices
 - Pizarra digital
-

-
- Pizarra blanca
-

Temporalización:

1 sesión.

Evaluación:

Diario de observación.

Mensaje al cielo.

Objetivos:

- Fomentar el pensamiento y la reflexión en grupo e individual.
 - Conocer la importancia de valorar las cosas/personas antes de perderlas.
 - Favorecer la empatía y confianza entre el grupo.
 - Trabajar la conciencia de la muerte.
 - Favorecer y facilitar la expresión de sentimientos y emociones.
-

Desarrollo de la actividad:

De forma individual realizarán un dibujo dirigido a un ser querido que haya fallecido, en caso de no tener, a una persona muy importante en sus vidas.

El profesor previamente hinchará globos y les atará un hilo al final del mismo. Cada alumno cogerá uno y atará el dibujo a la cuerda. Los alumnos junto al profesor, saldrán al aire libre y lanzarán el globo hacia arriba, hacia el cielo, para que el mensaje pueda llegar a sus seres queridos.

Materiales:

- Papel
 - Lápices
 - Rotuladores
 - Globos
 - Hilo
-

Temporalización:

1 sesión.

Evaluación:

Diario de observación.

Cuentacuentos: El árbol de los recuerdos.

Objetivos:

- Naturalizar la muerte. Entender la muerte como parte imprescindible del ciclo de la vida.
- Trabajar la conciencia de la muerte.
- Trabajar el concepto de universalidad, irreversibilidad y no funcionalidad.
- Fomentar el pensamiento y la reflexión en grupo e individual.
- Reflexionar y compartir con los compañeros las propias experiencias, deseos o miedos sobre la muerte.
- Conocer la importancia de valorar las cosas/personas antes de perderlas.
- Favorecer la empatía y confianza entre el grupo.
- Favorecer y facilitar la expresión de sentimientos y emociones.

Desarrollo de la actividad:

El profesor leerá al gran grupo el cuento *El árbol de los recuerdos*. Tras su lectura, se comentará en asamblea y se pedirá a cada alumno que piense en un ser querido fallecido, y en caso de no tener, en una persona muy importante para ellos. En un papel deberán escribir o dibujar acciones/objetos/lugares que les recuerden a dichas personas, le atarán un hilo y lo colgarán en uno de los árboles del patio, para crear así su propio árbol de los recuerdos.

Materiales:

- Cuento: *El árbol de los recuerdos*.
- Papel
- Lápices
- Hilo

Temporalización:

1 sesión.

Evaluación:

Diario de observación.

Querida planta.

Objetivos:

- Naturalizar la muerte. Entender la muerte como parte imprescindible del ciclo de la vida.
- Trabajar la conciencia de la muerte.
- Prever y evitar procesos del duelo patológico/complicado.
- Trabajar el concepto de universalidad, irreversibilidad y no funcionalidad.
- Fomentar el pensamiento y la reflexión en grupo e individual.
- Conocer la importancia de valorar las cosas/personas antes de perderlas.
- Favorecer la empatía y confianza entre el grupo.

Desarrollo de la actividad:

Cada alumno plantará en clase su propia planta. Se utilizarán los recipientes del yogur de la merienda como maceta, el profesor traerá semillas que crezcan rápido y tierra con abono. Cada día al llegar al aula, deberán regarla y podrán ver cómo crece y con el paso de los días, cómo se va muriendo, el ciclo de la vida de la planta.

El profesor, a medida que pasan los días y la planta va sufriendo cambios notables, realizará a los alumnos preguntas para trabajar la irreversibilidad: *¿Le va a volver a salir hierba?, ¿La hierba que ha muerto volverá a vivir?*

Materiales:

- Recipiente de yogures
- Semillas
- Tierra con abono
- Agua

Temporalización:

1 sesión.

Revisión durante diferentes días.

Evaluación:

Diario de observación.

Mi árbol genealógico.

Objetivos:

- Naturalizar la muerte. Entender la muerte como parte imprescindible del ciclo de la vida.
- Trabajar la conciencia de la muerte.
- Trabajar el concepto de universalidad, irreversibilidad y no funcionalidad.
- Trabajar el concepto de finitud.
- Reflexionar y compartir con los compañeros las propias experiencias, deseos o miedos sobre la muerte.
- Conocer la importancia de valorar cosas/personas antes de perderlas.
- Conocer tu historia familiar.
- Favorecer y facilitar la expresión de sentimientos y emociones.

Desarrollo de la actividad:

Cada alumno elaborará de forma creativa y manual un árbol genealógico. En esta actividad entra la participación de las familias, quienes deberán contar a sus hijos sobre sus antepasados. El árbol deberá incluir el nombre y apellidos del familiar, la fecha de nacimiento, la fecha de fallecimiento, fotos... Posteriormente cada alumno expondrá las peculiaridades de su árbol genealógico al resto de compañeros.

Materiales:

- Cartulinas
- Fotos
- Rotuladores
- Lápices de colores
- Tijeras
- Pegamento
- Goma eva...

Temporalización:

2/3 sesiones.

Evaluación:

Diario de observación.

Película.

Objetivos:

- Naturalizar la muerte. Entender la muerte como parte imprescindible del ciclo de la vida.
- Trabajar la conciencia de la muerte.
- Prevenir y evitar procesos el duelo patológico/complicado.
- Suministrar herramientas y técnicas para aceptar y soportar el miedo y el sufrimiento.
- Trabajar el concepto de universalidad, irreversibilidad y no funcionalidad.
- Fomentar el pensamiento y la reflexión en grupo e individual.
- Reflexionar y compartir con los compañeros las propias experiencias, deseos o miedos sobre la muerte.
- Favorecer y facilitar la expresión de sentimientos y emociones.
- Comprender y reflexionar sobre el mensaje/moraleja de la película.

Desarrollo de la actividad:

Se propondrá el visionado de una película, la cual podrán elegir entre:

- *Bambi* de David Hand
- *El rey león* de Rob Minkoff y Roger Allers
- *Buscando a Nemo* de Andrew Stanton

En estas suceden acontecimientos, sentimientos y emociones que pueden ocurrirle a cualquiera de ellos tras pasar por situaciones difíciles, pero transmite que, a pesar de ello, la vida continua. Se trabajarán las emociones y sentimientos como el miedo, la soledad, la injusticia, mediante preguntas, reflexiones, puesta en común... Así como los cuatro factores clave relacionados con la muerte, la universalidad, la irreversibilidad, la no funcionalidad y la causalidad.

Materiales:

- Ordenador
- Pizarra digital
- Película

Temporalización:

2 sesiones.

Evaluación:

Diario de observación.

Baúl de mis recuerdos.

Objetivos:

- Fomentar el pensamiento y la reflexión en grupo e individual.
 - Favorecer la empatía y confianza entre el grupo.
 - Favorecer y facilitar la expresión de sentimientos y emociones.
 - Conocer la importancia de valorar las cosas/personas antes de perderlas.
-

Desarrollo de la actividad:

Cada alumno decorará una caja de zapatos donde posteriormente meterá dibujos, objetos...por los que le gustaría que el resto de sus compañeros le recordaran. Estos baúles se quedarán en el aula para que entre ellos puedan meter en los baúles de otros compañeros, así sabrán cómo les recuerdan sus compañeros.

Materiales:

- Caja de zapatos
 - Material para decoración
 - Papel
 - Lápices
 - Rotuladores
 - Fotos
 - Objetos personales
-

Temporalización:

1 sesión.

Revisión durante diferentes días.

Evaluación:

Diario de observación.

¿Cómo ves el miedo?

Objetivos:

- Prever y evitar procesos de duelo patológico/complicado.
- Suministrar herramientas y técnicas para aceptar y soportar el miedo y el sufrimiento.
- Fomentar el pensamiento y la reflexión en grupo e individual.
- Favorecer la empatía y confianza entre el grupo.
- Favorecer y facilitar la expresión de sentimientos y emociones.

Desarrollo de la actividad:

Se repartirá a cada alumno un papel en el que deberá representar el miedo, tal y como él lo ve o qué le provoca. Posteriormente lo compartirán con el grupo y deberán explicar qué siente psicológica y/o físicamente al vivirlo o imaginárselo y entre todos comentar posibles soluciones para superar ese miedo.

Después, de un trozo de papel continuo, todos pegarán su representación del miedo para componer *El mural de los miedos*.

Materiales:

- Papel
- Lápices
- Lápices de colores
- Rotuladores
- Papel continuo
- Pegamento

Temporalización:

2 sesiones.

Evaluación:

Diario de observación.

Pozo de los miedos.

Objetivos:

- Dar cuenta de la superación de sus miedos.
 - Prever y evitar procesos de duelo patológico/complicado.
 - Suministrar herramientas y técnicas para aceptar y soportar el miedo y el sufrimiento.
 - Reflexionar y compartir con los compañeros las propias experiencias, deseos o miedos sobre la muerte.
 - Favorecer la empatía y confianza entre el grupo.
 - Favorecer y facilitar la expresión de sentimientos y emociones.
-

Desarrollo de la actividad:

Entre todos decorarán en un papel continuo un jardín con un pozo en medio. En post-it escribirán o dibujarán diferentes miedos que tengan y todo el grupo buscará solución o técnicas para superarlo. Los pegarán por el jardín, entendiendo el jardín como el presente, lo que está vivo. A medida que pasan los días, los niños irán acercándose al dibujo y deberán pegar dentro del pozo aquellos miedos que se hayan superado, entendiendo el pozo como un agujero profundo del cual los miedos ya no pueden salir. Cada vez que el alumno haya superado un miedo, podrá compartirlo con sus compañeros.

Materiales:

- Papel continuo
 - Rotuladores
 - Lápices de colores
 - Lápices
 - Post-it
-

Temporalización:

2 sesiones.

Revisión durante diferentes días.

Evaluación:

Diario de observación.

A continuación, se insertará una tabla donde poder ver de forma más sintetizada la temporalización de las actividades propuestas.

Tabla 9.

Cronograma y Temporalización.

SESIONES.	ACTIVIDAD.	DURACIÓN.
Sesión 1	<i>Lluvia de ideas.</i>	50 min.
Sesión 2	<i>Mensaje al cielo.</i>	50 min.
Sesión 3	<i>Cuentacuentos: El árbol de los recuerdos.</i>	50 min.
Sesión 4	<i>Querida planta.</i>	50 min.
Sesión 5	<i>Mi árbol genealógico.</i>	50 min./ sesión
Sesión 6		
Sesión 7		
Sesión 8	<i>Película.</i>	50 min. / sesión
Sesión 9		
Sesión 10	<i>Baúl de los recuerdos.</i>	50 min.
Sesión 11	<i>¿Cómo ves el miedo?</i>	50 min/ sesión
Sesión 12		
Sesión 13	<i>Pozo de los miedos.</i>	50 min. /sesión
Sesión 14		

Fuete: Elaboración propia.

6.5. Evaluación

Debido a la variedad y amplitud de recursos y actividades en dicha propuesta de intervención, la evaluación será de carácter general, es decir, la evaluación del alumnado se llevará a cabo mediante la utilización de diferentes instrumentos.

Cabe destacar que la evaluación no se producirá de forma numérica, ya que ese no es el objetivo de esta propuesta de intervención, en este caso se pretende una evaluación del proceso, la evolución de su aprendizaje. Es decir, se pretende prevenir procesos de duelo patológico/complicado, trabajar nuevos conceptos referidos a la muerte, enfocando la muerte desde una buena perspectiva, con valores didácticos positivos, mediante el favorecimiento de la expresión de sentimientos y las herramientas necesarias para afrontar el miedo.

La evaluación debe ser un proceso continuo, no un momento concreto en el que el alumnado deba demostrar todo su conocimiento, esto se demuestra día a día.

Para conocer si los objetivos pretendidos se han logrado, se emplearán las diferentes herramientas de evaluación:

1. Diario de observación.

El docente deberá hacer anotaciones en su cuaderno, anotaciones de carácter reflexivo donde registrará a cada uno de los alumnos. Estas serán tomadas durante la sesión y posteriormente, ya que al momento anotará a la vez que el alumnado participa y después, con mayor tiempo para reflexionar y asentar las anotaciones, reflexionará sobre ellas. De este modo podrá observarse de forma más detallada las ideas del alumnado y la evolución de este respecto al tema tratado.

1.1. Guía de observación.

Se empleará además otro instrumento de evaluación, la guía de observación, la cual orienta el trabajo observado, donde se señalarán los aspectos relevantes a observar.

Tabla 10.

Instrumento de Evaluación. Guía de Observación.

Observador: _____

Nombre del alumno/a: _____

Curso: _____

Fecha: _____

	SIEMPRE	A VECES	CASI NUNCA	NUNCA
Tiene conocimientos previos que aplica en las actividades planteadas.				
Habla y escucha hablar de la muerte con normalidad.				
Presenta una actitud relajada al hablar y escuchar sobre la muerte.				
Muestra seguridad al hablar el tema.				
Demuestra conocimiento sobre el tema tratado.				
Muestra entusiasmo e interés al hablar del tema.				
Demuestra respeto ante las diferentes creencias sobre la muerte.				
Demuestra respeto ante las opiniones de sus compañeros, aunque no esté de acuerdo con ellas.				
Muestra empatía con las experiencias y comentarios de sus compañeros.				
Presenta comprensión sobre el concepto de universalidad.				
Presenta comprensión sobre el concepto de irreversibilidad.				
Presenta comprensión sobre el concepto de no funcionalidad.				
Expresa al resto de la clase experiencias propias.				
Escucha con atención las opiniones de sus compañeros.				

Expresa sin miedo y sin vergüenza emociones y sentimientos como la tristeza o el miedo.				
Mantiene buena actitud ante las actividades realizadas en el aula.				

Fuente: Elaboración propia.

2. Cuestionario.

El alumnado realizará un cuestionario, el cual abarca preguntas relacionadas con los objetivos que se pretenden lograr, pero no de tú a tú, como si fuera una reunión personal en la que el alumno únicamente recibe preguntas o las lee y anota el resultado. Este se realizará de forma oral, como si fuera una actividad más, son que el alumnado piense que se le está evaluando directamente. Se realizará en pequeños grupos, pero obteniendo información de todos ellos para cada pregunta elaborada. Estas preguntas serán abiertas, en las que el alumnado puede expresarse a la hora de contestarlas.

El motivo de la realización en pequeños grupos es debido a las diferentes actitudes del alumnado, habiendo unos más abiertos y participativos y otros más tímidos a quienes les cuesta más soltarse en el gran grupo. Por ello el tutor deberá estar siempre presente, para guiar las preguntas, en cierto modo la conversación, e invitar a todos a participar.

Es importante conocer la evolución del alumnado, por lo que el cuestionario será realizado al inicio de la propuesta de intervención y al final de la misma, para poder observar de forma más clara el progreso de los alumnos.

Tabla 11.*Cuestionario de Evaluación.*

ÍTEMS.	✓	✗	OBSERVACIONES/COMENTARIOS.
¿Qué es la muerte?			
¿Es importante hablar de la muerte? ¿Por qué?			
¿Qué le pasa a las personas cuando mueren?			
¿Morimos todas las personas?			
¿Qué son las funciones vitales? ¿Cuándo una persona muere, siguen funcionando?			
¿Cuándo una persona muere está dormida?			
¿Cuándo alguien ha muerto puede volver a morir?			
¿Veremos más veces a alguien que ha muerto?			
¿Podemos elegir si queremos morir o no?			
¿Nuestros malos pensamientos o emociones hacia alguien pueden provocar su muerte?			
¿Morimos normalmente cuando somos viejos?			
¿Pueden morir personas jóvenes?			
¿Todos tenemos miedos?			
¿Tener miedo es algo malo y te hace ser inferior?			
¿Tener miedo es algo natural?			
¿Qué puede hacerse para remediar o superar un miedo?			
Se debe valorar a las personas antes de perderlas			
¿Es bueno pedir ayuda?			
¿La vida de los demás continua cuando fallece algún ser querido?			

Fuente: Elaboración propia.

7. Conclusiones

La investigación realizada para poder elaborar el trabajo ha permitido confirmar la hipótesis planteada al inicio del mismo, siendo esta que la muerte y el proceso del duelo no son visibles en el sistema educativo, que sigue siendo un tema tabú, por ello que en todo momento se ha hecho visible la necesidad de la EpM tanto en niños como en adultos. A pesar de que gran parte de los docentes reconocen que es un tema de gran importancia y debería trabajarse en el aula, desconocen técnicas, métodos y herramientas con las que ponerlo en práctica.

En este estudio se ha dado a conocer la importancia de la introducción de la EpM en el sistema educativo, ya que es un tema inexistente en el currículo y en la mayoría de colegios. Del mismo modo se ha podido demostrar mediante la realización de entrevistas la escasa o nula formación que tiene el profesorado sobre dicho tema. La formación por parte del profesorado sobre la EpM es casi inexistente, lo que insinúa la ignorancia de tratar dicho tema con los niños aun tratando como uno de los temas más relevantes la educación emocional, en la que no se tiene en cuenta el proceso del duelo. Además de trabajar las emociones y sentimientos positivos como la felicidad, el amor, la amistad, la euforia...es importante y beneficioso trabajar aquellas como la tristeza, el miedo, la soledad, el enfado y la rabia, ya que nos ayudará también a enfrentarnos a diferentes situaciones cotidianas.

Tras la lectura y análisis de diferentes artículos se han conocido las variadas y extensas características por las que un niño puede pasar cuando sufre la pérdida de un ser querido, así como las fases por las que este pasa y cómo poder categorizar cada tipo de duelo en función de los síntomas y manifestaciones presentes. Para todo ello, se ha tenido en cuenta el desarrollo psicosocial de los niños, aspecto que influirá en cualquier proceso por el que estos pasen.

La elaboración del trabajo, mediante la investigación y la actuación, ha hecho evidenciar que dar visibilidad e importancia al tema de la muerte en el sistema educativo es real, sigue en vigor y no sucede únicamente en España. Del mismo modo, se ha podido aportar herramientas y métodos útiles para trabajarlo en el aula y para que el profesorado pueda aumentar su conocimiento y se sienta seguro a la hora de llevarlo a la práctica. Para ello

se han propuesto una serie de actividades coordinadas para poder poner en práctica, pero cabe destacar que lo principal es tratar la pérdida desde la naturalidad y la normalidad.

A lo largo del trabajo se ha mencionado en varias ocasiones la importancia e influencia de la familia y la escuela, así como de los apoyos sociales en la vida de los niños, y por consiguiente en el apoyo y ayuda para el tránsito de un proceso de duelo normal, sano. Sin embargo, sin el cumplimiento de las funciones de dichos individuos, el proceso del duelo podría volverse más difícil e incluso patológico o complicado. Dicha intervención tiene gran influencia en el proceso de los niños, ya que si se produce una mala elaboración del duelo esto puede perjudicarles durante toda su vida, produciéndoles dificultades en el desarrollo de su personalidad, de sus relaciones sociales e incluso de su vida íntima y familiar, por eso es relevante conocer y tratar el tema de la muerte desde edades tempranas.

En base al estudio realizado, y como futura línea de investigación, ahondaríamos con la implementación de la propuesta diseñada. En este sentido se realizaría con un caso concreto, procediendo a su análisis y seguimiento. De este modo analizaríamos qué tipo de duelo está pasando mediante la observación de sus manifestaciones, comportamientos, actitudes...; intervendríamos en su afrontamiento mediante las diferentes técnicas y métodos estudiados en el marco teórico y aplicados en la propuesta de intervención. Se evidencia la necesidad de proceder a su estudio y conocimiento antes de dicha aplicación.

Por otro lado, se hace constar, como propuesta de mejora, la realización y profundización con un mayor número de entrevistas para, con dicha información, poder realizar un estudio comparativo de la hipótesis planteada en diferentes países, además de los ya estudiados, España y Finlandia.

En referencia a las posibles mejoras del trabajo, cabe decir que la presente investigación ha permitido aumentar conocimiento sobre el tema tratado, el duelo. Sin embargo, podrían haberse realizado más preguntas en las entrevistas, o preguntas más concretas, aunque ha sido complicado debido a la sensibilidad que en algunas ocasiones provoca el tema del duelo, así como poder haber tenido mayor intervención en las escuelas, lo cual me fue imposible debido al tiempo limitado de prácticas.

La investigación, elaboración y actuación sobre la muerte y sobre el proceso del duelo ha supuesto un crecimiento tanto a nivel personal como a nivel profesional. A nivel personal me ha ayudado a aumentar, fortalecer y enriquecer mi conocimiento sobre dicho tema, a

reflexionar sobre diversas y diferentes situaciones a las que me he tenido que enfrentar a lo largo de mi vida, y a las que lógicamente voy a tener que seguir enfrentándome, pero no únicamente situaciones relacionadas con la pérdida de seres queridos, sino, situaciones en las que entran todos los sentimientos y emociones tratadas como el enfado, la rabia, el miedo...ya que en la EpM entran en juego herramientas y técnicas multidisciplinarias del ámbito psicológico. Me ha servido también para analizar mis manifestaciones cuando he sufrido alguna pérdida y las pautas, consejos o indicaciones que debo seguir para las futuras que me toque enfrentar, ya sea a mi o a cualquier persona de mi alrededor, saber cómo tratarla, cómo puede reaccionar y poder ayudarle. Es aquí donde entra mi crecimiento a nivel profesional, aumentando mi conocimiento en cómo llevar el tema al aula, cómo introducirlo y cómo llevarlo a la práctica con el alumnado, dándole la importancia que se merece, ya que es un hecho de la vida de todo ser humano y que va a estar siempre presente, a pesar de su inexistencia en el currículo. Además, permite como profesional la innovación en las aulas de los centros educativos, así como a aumentar la empatía y colaboración con los demás.

Este ha sido un paso más para poder seguir abriéndole las puertas a la EpM en nuestro sistema educativo.

8. Referencias bibliográficas

Alba, R.M. y del Rincón, C. (2012). El duelo en la infancia y cómo dar malas noticias. *Pediatr Integral*, 16(6), 494.e1-494.e4. <https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2014/01/el-duelo-infancia-com-dar-malas-noticias.pdf>

Aldrich, C.K. (1974). Algunas dinámicas del duelo anticipado. En B. Schoenberg, A.C. Carr, A.H. Kutscher, D. Peretz y I.K. Goldberg (Eds.), *Duelo anticipado* (pp. 343-345). University Press.

Analía, P. (2012). La muerte y el envejecimiento en el mundo contemporáneo. *Tiempo. El portal de la psicogerontología*, 29. <https://www.psicomundo.com/tiempo/tiempo29/pochintesta.htm>

Anaya, F. y Padilla, F., (2010). Conceptos y definiciones de la vida y la muerte celular. *Acta Universitaria*, 20(3), 9-15. <https://www.redalyc.org/pdf/416/41618860001.pdf>

Arnaiz, V. (2003). ¿Podemos hablar de muerte en la escuela y en el instituto? *Aula de Innovación Educativa*. 122, 36-37. <https://www.grao.com/es/producto/revista-aula-122-junio-03-educacion-ambiental-en-tiempos-de-catastrofes-pensar-hablar-de-la-muerte-ycomprometerse-con-la-vida>

Arranz, P., Barbero, J.J., Barreto, P. y Bayés, R. (2003). *Intervención emocional en Cuidados Paliativos. Modelo y protocolos*. Ariel.

Artaraz, B., Sierra, E., González, F., García, J.A., Blanco, V. y Landa, V. (2017). *Guía sobre el duelo en la infancia y la adolescencia. Formación para madres, padres y profesorado*. Colegio de Médicos de Bizkaia. <https://www.sepyrna.com/documentos/Gu%C3%ADa-sobre-el-duelo-en-la-infancia-y-en-la-adolescencia-1.pdf>

Aveyard, H. (2010). *Doing literatura review in health and social care: A practical guide*. Open University Press.

Barreto, M.P., Molero, M. y Pérez, M.A. (2000). Evaluación e intervención psicológica en familias de enfermos oncológicos. En F. Gil (Ed.), *Manual de psicooncología* (pp.137-171). Aula Médica.

Barreto, P. y Soler, M. (2015). *Muerte y duelo*. Síntesis.

Barreto, P., de la Torre, O. y Pérez-Marín, M. (2012). Detención del duelo complicado. *Psicooncología*, 9(2-3), 355-368.
<https://revistas.ucm.es/index.php/PSIC/article/view/40902>

Basaulto, L. (2012). La gracia como posibilidad del encuentro entre Dios y el hombre en la obra *De visione Dei* de Nicolás de Cusa. *Veritas*, 26, 35-36.
https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-92732012000100002

Bedau, M. y Cleland, C. (2016). *La esencia de la vida. Enfoques clásicos y contemporáneos de Filosofía y Ciencia*. Fondo de Cultura Económica.

Bernard, H. (1994). *Research methods in anthropology: qualitative and quantitative approaches*. AltaMira Press.

Blanco, A. y Antequera-Jurado, R. (1998). La muerte y el morir en el anciano. En L. Salvarezza (Comp.), *La vejez. Una mirada gerontológica actual* (pp. 379-406). Paidós.

Bleda, M., Cuairán, X., García, J., Gómez, M., Lacasta, M.A., Novellas, A., Rodríguez, V., Rovira, N., Sánchez, M., Serra, M., Serra, T., Soler, M.C., Fernández, E., Moral, B., Pin, O. y Falcón, G. (2005). *Guía para familiares en duelo*. SECPAL.
http://ico.gencat.cat/web/.content/minisite/ico/professionals/documents/qualy/arxiu/doc_guia_para_familiares_en_duelo.pdf

Bowie, L. (2000). Is there a place for death education in the primary curriculum? *Pastoral Care*, 18(1), 22-26. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/1468-0122.00150#:~:text=Although%20the%20majority%20of%20respondents,definition%20of%20such%20a%20place>

Bowlby, J. (2014). *Vínculos afectivos: Formación, desarrollo y pérdida*. Morata.

Bunge, M. (2007). *La investigación científica*. Siglo XXI.

Cabodevilla, I. (2007). Las pérdidas y sus duelos. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, 30(3), 163-176. <http://scielo.isciii.es/pdf/asisna/v30s3/original11.pdf>

Caplan, G. (1964). *Principles of preventive psychiatry*. Bacis Books.

Castellón, L. y Jaramillo, O. (2012). Educación y videojuegos: hacia un aprendizaje inmersivo. *Homo Videoludens*, 2, 264-281. https://www.academia.edu/37431073/Educaci%C3%B3n_y_videojuegos_Hacia_un_aprendizaje_inmersivo

Chávez, M.F., González, A.K. y Solano, D.V. (2013). *Significado de la muerte y sus implicaciones en las vivencias de seis familias del cantón de Naranjo* [Trabajo de Fin de Grado, Universidad de Costa Rica]. <http://www.ts.ucr.ac.cr/binarios/tfglic-sr/tfg-l-sr-2013-01.pdf>

Cid, L. (2011). *Explícame qué ha pasado: Guía para ayudar a los adultos a hablar de la muerte y el duelo con los niños*. Fundación Mario Losantos del Campo. <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Explicame%20que%20ha%20pasado.%20Gu%C3%ADa%20para%20adultos%20para%20trabajar%20duelo%20en%20ni%C3%B1os%20-%20FMLC.pdf>

Cirlot, V. (2005). *Hildegard von Bingen y la tradición visionaria de Occidente*. Herder.

Clavandier, G. (2009). Sociologie de la mort, Vivre et mourir dans la société contemporaine. *Frontières*, 23(2), 247. <https://www.erudit.org/fr/revues/fr/2011-v23-n2-fr1830545/1007597ar.pdf>

Cobo, C. (1999). *El valor de vivir*. Ediciones Libertarias.

Colomo, E. y Cívico, A. (2018). La necesidad de formación del profesorado en Pedagogía de la Muerte. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 21(1), 83-94. <https://revistas.um.es/reifop/article/view/279961/224051>

Colomo, E. y de Oña, J. M. (2014). Pedagogía de la Muerte. Las Canciones como Recurso Didáctico. REICE. *Revista Iberoamericana Sobre Calidad, Eficacia Y Cambio En Educación*, 12(3), 109-121. <https://revistas.uam.es/reice/article/view/2851>

Colomo, E. (2016). Pedagogía de la Muerte y Proceso de Duelo. Cuentos como Recurso Didáctico. REICE. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 14(2), 63-78. <https://revistas.uam.es/reice/article/view/3130/4037>

Colomo, E., Gabarda, V. y Motos, P. (2018). Pedagogía de la muerte: estudio sobre la ansiedad ante la muerte en profesionales de la educación. *Innoeduca. International Journal of Thechnology and Educational Innovation*, 4(1), 62-70. <https://revistas.uma.es/index.php/innoeduca/article/view/4129/4552>

Comte-Sponville, A. (2007). *La vida humana*. Paidós.

Cortina, M., de la Herrán, A. y Rodríguez, P. (2015). *Educación y vivir teniendo en cuenta la muerte. Reflexiones y propuestas*. Pirámide.

Coughlan, M., Cronin, P. y Ryan, F. (2013). *Doing a literatura review in Nursing, Health and Social Care*. Sage Publications.

De la Herrán, A. (2008). Hacia una Educación para la Universalidad: Más allá de los ismos. En J. Valle (Coord.), *De la identidad local a la ciudadanía universal: el gran reto de la educación contemporánea* (pp.209-257). Fundación para la Libertad.

De la Herrán, A. y Cortina, M. (2006). *La muerte y su didáctica. Manual para Educación Infantil, Primaria y Secundaria*. Universitat.

De la Herrán, A. y Cortina, M. (2008). La Educación para la Muerte como ámbito formativo: más allá del duelo. *Psicooncología*, 5(2-3), 409-424. <http://revistas.ucm.es/index.php/PSIC/article/download/PSIC0808220409A/15442>

De la Herrán, A. y Cortina, M. (2007a). Introducción a una Pedagogía de la Muerte. *Indivisa, Boletín de Estudios y navegación*, 8, 127-144. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77100806>

De la Herrán, A. y Cortina, M. (2007b). Fundamentos para una pedagogía de la muerte. *Revista Iberoamericana de Educación*, 41, 1-12. <https://rieoei.org/historico/deloslectores/1769Herran.pdf>

Del Rincón, D., Arnal, J., Latorre, A. y Sans, A. (1995). *Técnicas de Investigación en Ciencias Sociales*. Dykinson.

DeWalt, M. y DeWalt, R. (2002). *Participant observation: a guide for fieldworkers*. AltaMira Press.

Díaz, P. (2016). *Hablemos de duelo. Manual práctico para abordar la muerte con niños y adolescentes*. Fundación Mario Losantos del Campo. <https://www.fundacionmlc.org/wp-content/uploads/2018/12/guia-duelo-infantil-fmlc.pdf>

Dillen, L., Fontaine, J.R. y VerhofstadtDenève, L. (2009). Confirming the distinctiveness of complicated grief from depression and anxiety among adolescents. *Death Stud*, 33(5), 437-461. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19469074/>

Dowdney, L., (2005). Children bereaved by parent or sibling death. *Psychiatr*, 4(9), 118-122. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1476179306701495?via%3Dihub>

Erikson, E.H. (2009). *Infancia y sociedad*. Paidós.

Erikson, E.H. (2004). *Sociedad y Adolescencia*. Paidós.

Esquerda, M. y Gilart, C. (2015). El duelo en los niños. *Bioètica & debat*, 21(76), 17-21. <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/ElDueloEnLosNinos-%20Montse%20Esquerda%20Arest%C3%A9.pdf>

Feijoo, P. y Pardo, A. (2003). La escuela: una amiga en el duelo. *Aula de Innovación Educativa*, 122, 41-45. <https://www.grao.com/es/producto/la-escuela-una-amiga-en-el-duelo>

Fernández-Alvargonzález, C. (2014). *Programa sobre la Muerte y la elaboración de los procesos de Duelo positivos en el Segundo Ciclo de Educación Infantil* [Trabajo de Fin de Grado, Universidad Internacional de La Rioja]. <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2467/fernandez.alvargonzalez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Fernández-Montalvo, J. y Echeburúa, A. (1997). Tratamiento cognitivo-conductual de la pena mórbida en un caso de ruptura de pareja. *Análisis y Modificación de Conducta*, 23(87), 61-83. <https://academica-e.unavarra.es/bitstream/handle/2454/27957/A11.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Gallud, E. (2014). *Las claves del hinduismo*. Alas.

Gamo, E. y Pazos, P. (2009). El duelo y las etapas de la vida. *Revista Asociación Española Neuropsicología*, 29(104), 455-469. <http://scielo.isciii.es/pdf/neuropsiq/v29n2/11.pdf>

García-Rillo, A., García-Pérez, L. y Duarte, J. (2012). La muerte como experiencia de vida y la labor humanística de anunciar la muerte en medicina. *Medicina Interna de México*, 28(6), 598-602. <https://www.medigraphic.com/pdfs/medintmex/mim-2012/mim126l.pdf>

García, A. y Aura, M.C. (2010). *La gran carencia. Muerte, eutanasia y educación*. Diego Marín.

Garrido, J. (2017). *Sobre la muerte y el más allá. Consideraciones cristinas*. Salterrae.

Gil, F. y Alcover, C.M. (1998). Aproximaciones al concepto de grupo y tipos de grupos. En F. Gil y C.M. Alcover (Coords.), *Introducción a la Psicología de los Grupos* (pp.77-103). Pirámide.

Gil-Lacruz, M., Orta, A. y Cuenca, A. (1994). Contextos educativos. Los Puntos de Información Juvenil como recurso de intervención psicoeducativa. En A. Clemente, G. Musitu y M. Gutiérrez (Coords.), *Intervención Educativa y Desarrollo Humano* (pp.79-86). Set i Set.

Gil-Julia, B., Bellver, A. y Ballester, R. (2008). Duelo: Evaluación, diagnóstico y tratamiento. *Psicooncología*, 5(1), 103-116.
<https://revistas.ucm.es/index.php/PSIC/article/view/PSIC0808130103A/15522>

Gómez, M. (2007). *La pérdida de un ser querido. El duelo y el luto*. Arán.

Gómez, A. y Acosta, H. (2003). Acerca del trabajo en grupos o equipos. *ACIMED*, 11(6), 1-21. <http://eprints.rclis.org/5035/1/acerca.pdf>

González, C. y Blanco, F. (2008). Integrando un juego educativo en 3D en Moodle. *Simulación y juegos*, 39(3), 399-413.
<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1046878108319585?journalCode=sagb>

González, I. y de la Herrán, A. (2015). Introducción metodológica a la muerte y los miedos en educación infantil. *Tendencias Pedagógicas*, 15, 124-149.
<https://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/article/view/1936>

Guirao-Goris, J.A., Olmedo, A. y Ferrer, E. (2008). El artículo de Revisión. *Revista Iberoamericana de Enfermería Comunitaria*, 1(1), 1-25.
https://www.uv.es/joguigo/valencia/Recerca_files/el_articulo_de_revision.pdf

Gutiérrez, A. (2010). Como favorecer el desarrollo social en los niños y niñas. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 35, 1-8.
https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_35/ANA_B_GUTIERREZ_CORREDOR_01.pdf

Hart, C. (1998). *Doing a literatura review. Releasing the Social Science Research Imagination*. Sage Publications.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (1996). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.

Jaramillo-Magaña, J. (1993). Muerte clínica, muerte somática y muerte encefálica. *Revista Mexicana de Anestesiología*, 16(2), 81-84.
<https://studylib.es/doc/4582675/muerte-clinica--muerte-somatica-y-muerte-encefalica>

Jiménez, A., Montés, M. y Jiménez, J. (2012). El duelo, estrategias terapéuticas con niños y personas con Síndrome de Down. Intervención en duelo por suicidio. *Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos*, 2, 1-42. <https://es.scribd.com/doc/88888504/Duelo-en-Sindrome-de-Down>

Klarsfeld, A. y Revah, F. (2002). *Biología de la muerte*. Complutense.

Kroen, W.C. (2011). *¿Cómo ayudar a los niños a afrontar la pérdida de un ser querido? Un manual para adultos*. Oniro.

Kübler-Ross, E. (1969). *Sobre la muerte y los moribundos. Alivio del sufrimiento psicológico*. Debolsillo Clave.

Lacasta, M.A., Quadras, S., García, J. y Soler, C. (2014). Protocolo de Actuación. En A. Novelles, F.E. Fernández y B. Sanz (Coords.), *Atención al duelo en Cuidado Paliativos* (pp.45-64). SÍOSÍ Punto Gráfico.

Lacasta, M.A., y Sastre, P. (2000). El manejo del duelo. En M. Die y E. López (Eds.), *Aspectos psicológicos en cuidados paliativos. La comunicación con el enfermo y la familia* (pp.491-506). Ades.

Lee, J. y Hammer, J. (2011). Gamification in education: waht, how, why bother? *Academic Exchange Quarterly*, 15(2), 146-151. <https://www.bibsonomy.org/bibtex/219067cc61091509b3d2e81fd230a2330/yish>

Lindemann, E. (1979). *Beyond Grief: Studies in Crisis Intervention*. Jason Arosen Inc. Publishers.

Lucca, N. y Berríos, R. (2009). *Investigación cualitativa: Fundamentos, diseños y estrategias*. S.M.

Lupión, T. y Gallego, M.M. (2017) Compartiendo la mirada: una experiencia en práctica reflexiva para formación permanente. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 20(1), 127-144. <https://revistas.um.es/reifop/article/view/244931>

Molina, M. (2012). *El duelo por muerte en el sistema familiar* [Tesis doctoral no publicada]. ISEP: Máster en Psicología Clínica y de la Salud. Valencia.

Montessori, M. (1982). *El secreto de la infancia*. Diana.

Montessori, M. (1971). *La mente absorbente del niño*. Araluce.

Muriá, I. (2000). La concepción religiosa de la muerte. *Revista Digital Universitaria*, 1(1). <http://www.revista.unam.mx/vol.1/art2/index.html>

Naren, J. (2019). *Hinduismo para la vida moderna*. Kairos.

Navarro, M. (2006). La muerte y el duelo como experiencia vital: acompañando el proceso de morir. *Información Psicológica*, 88, 12-21. <http://www.informaciopsicologica.info/OJSmottif/index.php/leonardo/article/view/297/250#>

Neimeyer, R.A., Baldwin, S.A. y Gillies, J. (2006). Continuo cautiverio y reconstruir significado: Mitigando complicaciones en el Duelo. *Muerte estudios*, 30, 715-738. https://www.researchgate.net/publication/6819407_Continuing_Bonds_and_Reconstructing_Meaning_Mitigating_Complications_in_Bereavement

Nevado, M. y González, J. (2017). *Acompañar en el duelo. De la ausencia al significado de la ausencia*. Desclee de Brouwer.

Nomen, L. (2009). *El duelo y la muerte: El tratamiento de la pérdida*. Pirámide.

Ordoñez, A. y Lacasta, M.A. (2007). El duelo en los niños. La pérdida del padre/madre. *Duelo en oncología*, 121-136. <http://www.seom.org/seomcms/images/stories/recursos/sociosyprofs/documentacion/manuales/duelo/duelo11.pdf>

Orellana, I. (1999). *Pedagogía del dolor*. Palabra.

Osho. (2004). *Madurez. La responsabilidad de ser uno mismo*. Grijalbo.

Palacios, J., Marchesi, A. y Coll, C. (1999). *Desarrollo psicológico y educación*. Alianza.

Parkes, C.M., y Weiss, R.S. (1983). *Recovery from bereavement*. Basic Books.

Pastor, A., Escobar, D., Mayoral, E. y Ruiz, F. (2014). La función de reproducción. En M.J. López (Ed.), *Ciencias aplicadas I* (pp.188-210). Paraninfo.

Payás, A. (2007). Intervención grupal en duelo. *Duelo en oncología*, 169-182. <https://seom.org/seomcms/images/stories/recursos/sociosyprofs/documentacion/manual/es/duelo/duelo14.pdf>

Payás, A. (2008). Funciones psicológicas y tratamiento de las rumiaciones obsesivas en el duelo. *Rev.Asoc. Esp.Neuropsiq*, 28(102), 307-323. <http://scielo.isciii.es/pdf/neuropsiq/v28n2/v28n2a05.pdf>

Payás, A. (2010). *Las tareas del duelo. Psicoterapia de duelo desde un modelo interrogativo-relacional*. Paidós.

Poch, C. y Herrero, O. (2003). *La muerte y el duelo en el contexto educativo. Reflexión, testimonios y actividades*. Paidós.

Poch, C. (2009a). *La muerte nunca falla. Un doloroso descubrimiento*. UOC, SL.

Poch, C. (2009b). *La muerte y el duelo. Cuadernos de Pedagogía*. Wolters Kluwer.

Pujolàs, P. (2009). La calidad en los equipos de aprendizaje cooperativo. Algunas consideraciones para el cálculo del grado de cooperatividad. *Revista de Educación*, 349, 225-239. http://www.revistaeducacion.educacion.es/re349/re349_11.pdf

Ramos, M.H., Ramos, M.F. y Romero, E. (2003). Cómo escribir un artículo de revisión. *Revista de postgrado de la VIa Catedral de Medicina*, 126, 1-3. https://med.unne.edu.ar/revistas/revista126/como_esc_articulo.htm

Rivas, E. (1990). *Estadística general*. Universidad Central de Venezuela.

Rodríguez, M.S.R. (2010). Proceso de socialización en educación infantil. *Revista digital Innovación y experiencias educativas*, 34, 1-10.
https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_34/M_ROSARIO_SANCHEZ_ROMERO_1.pdf

Rué, J. (1994). El trabajo cooperativo. En P. Dader y J. Gairón (Eds.), *Organización y funcionamiento de los centros educativos* (pp.244-253). Praxis.

Sánchez, E.J. (2001). *La relación de ayuda en el duelo*. Sal Terrae.

Sanders, E.P. (2004). *Jesús y el judaísmo*. Trotta.

Sanders, E.P. (2016). *Comparing Judaism and Christianity: Common Judaism, Paul, and the Inner and the Outer Ancient Religion*. Fortress Press.

Santos, M.A. (2010). La formación del profesorado en las instituciones que aprenden. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 68(24,2), 175-200.
<https://redined.mecd.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/37602/2LaFormacionDelProfesoradoEnLasInstitucionesQueApre.pdf;jsessionid=7BB7C01BA774C8628C93ED8FAA91F7A3?sequence=1>

Sciacca, M. (1962). *Muerte e inmortalidad*. Luis Miracle.

Sierra, R. (2003). *Tesis doctorales y Trabajos de investigación científica*. Paraninfo.

Speece, M. y Brent, S. (1984). Children's Understanding of Death: A Review of Three Components of a Death Concept. *Child Development*, 55(5), 1671-1686.
<https://www.jstor.org/stable/1129915?origin=crossref&seq=1>

Thomas, L.V. (1983). *Antropología de la muerte*. Fondo Cultura Económica.

Tiemblo, A. (2015). *La muerte y el más allá en el judaísmo antiguo hasta la Misná (200 D.C.)*. Dilema.

Tiemblo, A. (2016). *La muerte y el más allá en el Cristianismo Antiguo II*. Dilema.

Tizón, J.L. (1996). El duelo en la Atención Primaria a la Salud (I). *Formación Médica continuada*, 3(9), 547-566.
https://www.researchgate.net/publication/313833200_Los_procesos_de_duelo_en_atencion_primaria_de_salud_Una_actualizacion

Tizón, J.L. (1998). El duelo y las experiencias de pérdida. En J.L. Vázquez-Barquero (Ed.), *Psiquiatría en Atención Primaria* (pp.519-539). Aula Médica.

Tizón, J.L. y Sforza, M.G. (2008). *Días de duelo. Encontrando salidas*. Alba.

Tizón, J.L. (2013). *Pérdida, pena, duelo. Vivencias, investigaciones y asistencia*. Herder.

Tulku, R. (2012). *El budismo explicado a los occidentales*. Ediciones Invisibles.

Van Dalen, D.B. y Meyer, W.J. (1988). *Manual de técnica de la investigación educacional*. Paidós.

Vargas, A. (2008). La tanatología: Un Enfoque de Vanguardia para una Mejor Comprensión y Eficaz Intervención con Pacientes y Familiares. *Crece, Comparte y Ayuda*. <https://aprenderly.com/doc/3450543/tanatologia-un-enfoque-de-vanguardia>

Vázquez, C. (2006). La Psicología Positiva en Perspectiva. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 3-13. <http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1278.pdf>

Veneu, F. y Costa, M. (2016). Temas controvertidos en la clase: ¿estamos listos? Una pequeña investigación entre los profesores de ciencias. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(2), 89-100.
<https://revistas.um.es/reifop/article/view/253791/193561>

Verdú, V. (5 de julio de 2002). La Enseñanza del Fin. *El País*.
https://elpais.com/diario/2002/07/05/sociedad/1025820004_850215.html

Wass, H. (2004). A perspective on the current state of death education. *Death studies*, 28(4), 289-308. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15129687/>

Worden, J.W. (2016). *El tratamiento del duelo. Asesoramiento psicológico y terapia*. Paidós.

Ynoub, R. (2015). *Cuestión de método. Aportes para una metodología crítica*. Cengage.