



Universidad
Católica
de Valencia
San Vicente Mártir

**PROPOSTA DIDÀCTICA SOBRE EL COMPORTAMENT I
TRACTAMENT DEL DOL EN ALUMNAT DE SEGON CICLE
D'EDUCACIÓ INFANTIL**

Presentat per:

D^a María Isabel Valera Abiétar

Dirigit per:

Dr. D. Vicent Gimeno Bosch

Valencia, a 25 de maig de 2021

Facultad de Magisterio y Ciencias de la Educación

Grado en Maestro en Educación Infantil

Agraïments

En primer lloc, m'agradaria agrair a tot el professorat que m'ha format durant aquesta etapa en la Universitat Catòlica de València, especialment al meu director de TFG, Vicent Gimeno per l'esforç i la proximitat que ha mostrat sempre cap a mi.

També agrair a totes aquelles persones que m'han donat suport i acompanyat al llarg de la meua vida tant en els bons com en els no tan bons moments, a la meua família, especialment als meus pares, per fer-me ser qui soc, als meus amics i a Guillermo per ser la persona que sempre està al meu costat.

Resum

Aquest treball consisteix en la presentació d'una sèrie d'activitats didàctiques per al tractament del concepte de dol i de la pèrdua d'un ésser estimat. També s'hi exposen les característiques i les diferents etapes dels processos de dol segons diversos autors, així com el procediment d'assimilació de pèrdua per a cadascuna de les etapes del creixement maduratiu del xiquet concretament en alumnes de segon cicle d'Educació Infantil.

El tema de la mort i el seu respectiu procés de dol continua sent un tema tabú en la nostra societat, per això, quan un ésser estimat mor, no parlem d'aquest tema amb familiars o alumnes, perquè no sabem com continuar vivint ni com viure la pèrdua per a poder ajudar-lo a desenvolupar un correcte procés de dol.

L'aplicació d'aquesta proposta busca aconseguir que l'alumnat elabore els seus processos de dol d'una manera positiva emprant un enfocament metodològic qualitatiu mitjançant una sèrie d'activitats amb objectius.

Paraules clau: Dol, pedagogia de la mort, emocions, intel·ligència emocional, psicologia infantil, educació infantil.

Resumen

Este trabajo consiste en la presentación de una serie de actividades didácticas para el tratamiento del concepto de duelo y de la pérdida de un ser querido. También se exponen las características y las diferentes etapas de los procesos de luto según varios autores, así como el procedimiento de asimilación de pérdida para cada una de las etapas del crecimiento madurativo del niño concretamente en alumnos de segundo ciclo de Educación Infantil.

El tema de la muerte y su respectivo proceso de duelo continúa siendo un tema tabú en nuestra sociedad, por eso, cuando un ser querido muere, no hablamos de este tema con familiares o alumnos, porque no sabemos cómo continuar viviendo ni cómo vivir la pérdida para poder ayudarlo a desarrollar un correcto proceso de duelo.

La aplicación de esta propuesta busca conseguir que el alumnado elabore sus procesos de duelo de una manera positiva empleando un enfoque metodológico cualitativo mediante una serie de actividades con objetivos.

Palabras clave: Duelo, pedagogía de la muerte, emociones, inteligencia emocional, psicología infantil, educación infantil.

Abstract

This work consists of the presentation of a series of didactic activities for the treatment of the concept of mourning and the loss of a loved one. It also presents the characteristics and different stages of the mourning processes according to several authors, as well as the procedure of assimilation of loss for each of the stages of the maturing of the child specifically in students of the second cycle of Infant Education.

The subject of death and its respective grieving process continues to be a taboo subject in our society, so when a loved one dies, we don't talk about this subject with relatives or students, because we don't know how to continue living and how to live the loss in order to help him develop a proper grieving process.

The application of this proposal seeks to get students to develop their grieving processes in a positive way using a qualitative methodological approach through a series of activities with objectives.

Key words: Mourning, death pedagogy, emotions, emotional intelligence, child psychology, early childhood education.

ÍNDIX

1.	INTRODUCCIÓ I JUSTIFICACIÓ.....	11
2.	OBJECTIUS.....	14
3.	METODOLOGIA DEL TFG	16
4.	MARC TEÒRIC	18
4.1	EL DOL.....	22
4.1.1	Concepte de Dol	22
4.1.2	Tipus de Dol	29
4.1.3	Fases del Procés de Dol	31
4.1.4	Etapas de Dol en els xiquets des dels 0 als 12 anys	39
	0 als 24 mesos:	39
	Dels 2 als 6 anys:	40
	Dels 6 als 8 anys:	41
	Dels 8 als 12 anys:	42
4.1.5	Aspectes Generals a tindre en compte durant el Procés de Dol	43
4.2	PSICOLOGIA INFANTIL	45
4.2.1	Les Emocions	45
4.2.2	Intel·ligència Emocional dins de la Psicologia Infantil.....	47
4.3	EXPERIÈNCIES PRÈVIES	48
5.	PROPOSTA DIDÀCTICA	51

5.1 PROCEDIMENT	51
5.2 ACTIVITATS.....	54
6. CONCLUSIONS.....	73
7. REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES.....	77

ÍNDEX DE FIGURES

FIGURA 1: POSSIBLES REACCIONS DE DOL DE L'INFANT DE 0 A 24 MESOS. TAULA D'ELABORACIÓ PRÒPIA.....	40
FIGURA 2: POSSIBLES REACCIONS DE DOL DE L'INFANT DE 2 A 6 ANYS. TAULA D'ELABORACIÓ PRÒPIA.....	41
FIGURA 3: POSSIBLES REACCIONS DE DOL DE L'INFANT DE 6 A 8 ANYS. TAULA D'ELABORACIÓ PRÒPIA.....	42
FIGURA 4: POSSIBLES REACCIONS DE DOL DE L'INFANT DE 8 A 12 ANYS. TAULA D'ELABORACIÓ PRÒPIA.....	43
FIGURA 5: ESQUEMA D'UNA EMOCIÓ COM A RESPOSTA A UN ESTÍMUL. ESQUEMA D'ELABORACIÓ PRÒPIA.....	46

1. Introducció I Justificació

“Tot intent d'eliminar el dol només l'irrita encara més. Has d'esperar fins que és digerit i després la diversió dissiparà les seues restes.”

Samuel Johnson (1709 - 1784)

La finalitat d'aquest treball final de grau és fer una proposta didàctica per al tractament del concepte de dol i de la pèrdua d'un ésser estimat en el segon cicle d'Educació Infantil mitjançant recursos molt accessibles com són els contes. A més a més, valorarem el que diu, sobre aquest tema, el Currículum o la legislació educativa vigent per a veure si la nostra proposta té cabuda en aquesta etapa educativa.

Hui dia en la nostra societat parlar de la mort, del dol o mostrar els nostres sentiments quan hem sofrit la pèrdua d'una persona pròxima és de “mala educació”, o per por a possibles conseqüències desagradables que ningú voldria viure, no es parla del tema.

Açò també ocorre en les famílies, quan esdevé una mort, no sabem de quina manera donar suport o ajudar a viure el procés de dol d'una forma correcta, tenint en compte totes les emocions i sentiments, ni tan sols sabem com superar una pèrdua quan ens ocorre a nosaltres mateixos.

Aquesta situació també afecta els centres escolars, on també es considera un tema sinó tabú, complex, per això considerem que la nostra proposta es pot aplicar en tots els centres que hagen pogut tindre algun alumne que haja passat o estiga passant per aquest període,

independentment del seu Projecte Educatiu de Centre (PEC) i, fins i tot, pot ser un material molt útil per a les famílies que vulguen parlar del tema de la mort o treballar el procés de dol.

Per aquesta raó, en aquest treball trobarem una explicació teòrica del concepte del dol que hi ha actualment a la nostra societat, així com els diferents tipus de dol, les diferents fases per les quals passa qualsevol persona que viu aquesta pèrdua i, concretament per a cadascuna de les etapes de l'infant.

D'una banda, també apareixeran pinzellades sobre la psicologia infantil i les intel·ligències emocionals, on estan reflectides les seues emocions i sentiments durant aquest període de dol. Paral·lelament, també oferirem una proposta didàctica, on les activitats es basaran en el tractament del dol davant la mort d'una persona pròxima mitjançant contes, la qual cosa podria desembocar en una línia d'investigació per a futurs treballs, articles o investigacions.

Tot açò compleix una mateixa finalitat, ensenyar com els xiquets han d'afrontar una pèrdua i tractar el tema de la mort com el que és, un tema quotidià que, de forma natural o sobtada, afecta les nostres vides.

Respecte a l'elecció i redacció d'aquest Treball Final de Grau, la motivació personal que ha fet que volguérem tractar aquest tema ha sigut la pandèmia que va començar l'any 2019 i encara continuem vivint.

Des de l'any 2019 hi ha hagut un augment en el percentatge de morts a escala mundial, a causa de la COVID-19, un virus que pot produir la mort de qui es contagia. Considerem que tot el món és conscient de la rellevància que ha adquirit aquest virus i els canvis que ha suposat

en totes les societats del món, per aquesta raó, opinem que és una temàtica d'interés i actualitat per a estudiar i treballar.

A més a més, podria ser utilitzada per qualsevol persona o centres escolars, per les raons que hem explicat anteriorment, ja que afecta directament o indirecta a tota la humanitat.

L'aspecte de la mort i el seu tractament com a procés de dol és un aprenentatge més, i molt important per a treballar en l'Educació, per aquesta raó considerem fonamental, tal com està la situació en tots els països del món, parlar i tractar aquest tema a l'aula.

Per una altra banda, aquest tema ens agrada perquè és una manera de superar socialment el tabú que existeix a l'hora de parlar de la mort d'alguna persona i perquè pot ser una ferramenta molt útil per a moltes persones que han perdut a una persona estimada durant aquesta pandèmia.

Finalment, i fent ús i recolzant-me en els aspectes que hem explica't anteriorment, aquesta proposta didàctica sobre el tractament del dol en el segon cicle d'Educació Infantil mitjançant els contes es podria portar a la pràctica. Paral·lelament, considerem que aquest és un material també útil per a les famílies que vulguen parlar amb els seus familiars més menuts sobre la mort i com realitzar el procés de dol de la millor forma possible.

2. Objectius

*“I si de sobte algú tanca la porta
i tot és trist i hostil, què podem fer
sinó esperar en silenci que la vida
reprengui el curs de sempre, poderosa,
i ens alliberi d’aquell fosc domini?
És en la mort on aprenem de viure,
bevent-ne el licor fort a glops lentíssims,
sentint que ens incendia les entranyes
mentre ens revela tota la bellesa
d’aquell restar contra tots els designis.”*

Miquel Martí i Pol (1929 - 2003)

Com és propi en aquest tipus de treballs acadèmics, esdevé necessari establir quins seran els objectius que volem aconseguir doncs, a partir d’aquests, establim l’espina dorsal que articularà la nostra proposta i quina serà la finalitat d’aquesta.

Així doncs, considerem que, en primer lloc, caldrà establir un objectiu general que emmarque la nostra investigació i, a partir d’aquest, s’esmicolaran una sèrie d’objectius específics que concretaran i delimitaran aquest objectiu central.

Conseqüentment, si l’objectiu general d’un Treball Final de Grau és allò que volem aconseguir, l’última finalitat, la meta, l’objectiu general d’aquest treball serà el següent:

OG: Revisar el tractament del dol mitjançant el plantejament d'una proposta d'activitats que ajuden l'alumnat del segon cicle d'Educació Infantil a través dels contes.

Respecte als objectius específics, que com hem dit, són aquells necessaris per a assolir i concretar l'objectiu general, hem considerat adient establir els següents:

- Recollir i analitzar informació sobre el concepte de la mort i el procés del dol en infants.
- Investigar el tractament del tema de la mort i el dol en el sistema educatiu i la seua repercussió.
- Proporcionar recursos i activitats que servisquen per a treballar el correcte tractament del procés del dol d'una forma el més natural possible.
- Crear un ambient adequat i seré en classe perquè cada alumne puga parlar de manera oberta del tema de la mort i el procés del dol, compartint les seues inquietuds amb els companys i professorat.

3. Metodologia del TFG

“L'educació és l'arma més poderosa que pots usar per a canviar el món.”

Nelson Mandela (1918 - 2013)

La metodologia descriuria quins són els passos previstos de la nostra investigació. En altres paraules, la metodologia marcarà les pautes previstes de la nostra investigació, del nostre itinerari. Així doncs, la metodologia estaria formada pels passos, les idees que, inicialment, volem implementar.

Consegüentment, dins d'aquest apartat trobarem el pla de treball que hem programat per a redactar aquest treball final de grau, és a dir, enumerarem els procediments que tenim previstos fer per a poder mostrar un treball sobre el tema del tractament del dol en l'Educació.

Així doncs, el nostre punt de partida s'establirà a partir de l'observació directa, considerant que des de ben menuts, s'ha evitat a la societat tractar el tema de la mort o ajudar a realitzar un procés de dol adequat a cada persona. Aquest és un dels aspectes que caracteritza a la nostra cultura perquè pensem que és de mala educació o, millor dit, que resulta incòmode, parlar d'aquest tema i no parlem ni el tractem amb ningú.

Al llarg dels anys, hem pogut observar que aquest aspecte dins de la nostra cultura no ha canviat, però l'any 2019 va aparèixer un virus anomenat SARS-CoV-2, que va provocar un gran augment en el percentatge de morts mundialment. Aquesta situació va fer sorgir en nosaltres una motivació per parlar del tema de la mort i saber com dur un procés de dol.

A continuació, i una vegada plantejada la consulta al tutor del centre, traslladarem la nostra proposta d'actuació al director del Treball Final de Grau, el professor Vicent Gimeno, perquè ens plantege la seua opinió i avalue la viabilitat de la proposta.

Una vegada el director del TFG¹ accepte la nostra idea i avalue la seua implementació, procedirem a enllestir i dissenyar, amb l'ajuda i les indicacions del nostre director, un marc teòric que servirà de substrat científic a partir del qual, arrelarà la nostra proposta. Aquest marc teòric, donat que el tema objecte d'estudi és molt ampli i general, caldrà delimitar-lo perquè s'acoble el màxim possible a les nostres expectatives. Conseqüentment, caldrà establir, en primer lloc, la delimitació del concepte de dol i quina és la repercussió en aquestes edats infantils per a, posteriorment, investigar, consultar i escollir un corpus de contes a partir dels quals, puguem tractar el tema del dol a l'aula de segon cicle de l'Educació Infantil.

Quan estiga elaborat el nostre marc teòric, ja estarem en disposició de dissenyar la nostra proposta a partir de la selecció d'un corpus de contes concret que ens ajuden a presentar els infants el dol i el posterior tractament d'aquest tema a l'aula a partir dels recursos enllestits amb els objectius i la metodologia adient.

Una vegada dissenyada i exposada la nostra proposta, extraure'm unes conclusions sobre la nostra proposta i reprendrem si, els objectius inicials, han estat assolits. Finalment, com correspon a un treball d'aquest tipus, presentarem la relació de referències consultades (bibliografia, webgrafia, etc.) i adjuntarem els annexos i materials complementaris perquè, si ho considera oportú el lector, consultar-los.

¹ Treball Final de Grau.

4. Marc Teòric

“Morir és tan natural com néixer o créixer, però el materialisme de la nostra cultura ha convertit aquest últim acte de desenvolupament en quelcom aterrador”

Elisabeth Kübler- Ross (1926 - 2004)

En aquest apartat tractarem els fonaments a partir dels quals arrelarà la nostra proposta. Conseqüentment, considerem que el primer que cal fer és indagar que és el que estableix la legislació educativa vigent pel que fa al nostre tema objecte d'estudi. Posteriorment, pensem que caldrà revisar la delimitació conceptual del dol o, dit en altres paraules, establir quins són els postulats científics i què és el que exposen els autors i autores més rellevants en aquest tema per, a continuació, analitzar succintament quin és el perfil i la psicologia evolutiva que presenten els infants en aquestes etapes de la seua vida.

Una vegada enllestit, aquesta fonamentació més teòrica, científica i tècnica, passarem a indagar si hi ha hagut altres experiències prèvies – semblants a la nostra – implementades en centres educatius amb l'objectiu de compilar vivències i extraure'n idees que ens poden inspirar i podríem implementar.

L'apartat del marc teòric ens presenta la part legislativa i teòrica en la qual es basa el tema d'aquest TFG, arran aquests coneixements teòric hem pogut desenvolupar i elaborar una proposta didàctica i, finalment, unes conclusions, que seran explicades detalladament en l'apartat de conclusions.

Aquest TFG està justificat curricularment, és a dir, els aspectes que es tractaran durant tot aquest treball apareixen en el currículum de la Conselleria d'Educació de la Comunitat

Valenciana, concretament és el DECRET 38/2008, de 28 de març, del Consell, pel qual s'estableix el currículum del segon cicle de l'Educació Infantil a la Comunitat Valenciana.

Les activitats del present treball es basaran en les tres àrees que apareixen al DECRET 38/2008, les quals han sigut dictaminades per la Conselleria d'Educació de la Comunitat Valenciana com les úniques àrees a treballar durant el període del segon cicle d'Educació Infantil.

ÀREA I. EL CONEIXEMENT DE SI MATEIX I L'AUTONOMIA PERSONAL

Segons la Conselleria d'Educació (2008) al currículum del segon cicle d'Educació Infantil a la Comunitat Valenciana estableix que la imatge d'un mateix, els sentiments d'eficàcia, seguretat i autoestima intervenen en la construcció de la identitat pròpia.

L'objectiu principal d'aquesta àrea que es treballa a les activitats és conèixer, manifestar i explicitar els propis sentiments, les emocions i les necessitats, i respectar els dels altres.

Dins d'aquesta àrea trobem 4 blocs diferents que són els següents:

1. El cos i la pròpia imatge.
2. El joc i el moviment.
3. L'activitat i la vida quotidiana.
4. L'atenció personal i la salut.

Concretament a les activitats tractarem el contingut que parla sobre la valoració i l'actitud positiva davant de demostracions emocionals, sentimentals i vivències tan pròpies com d'altres i el seu control gradual, que pertany al primer bloc, el cos i la pròpia imatge, d'aquesta àrea.

El criteri d'avaluació que seguirem per a avaluar durant les activitats proposades serà el següent:

“Donar mostra del coneixement personal en la construcció de la identitat i en la pertinença a un grup social, manifestant sentiments i normes de relació social.” (Conselleria d'Educació, Currículum del segon cicle de l'Educació Infantil a la Comunitat Valenciana, 2008, p.10).

La següent àrea parla sobre el medi cultural, social, natural i físic.

II. EL MEDI FÍSIC, NATURAL, SOCIAL I CULTURAL

Segons la Conselleria d'Educació (2008) al currículum del segon cicle d'Educació Infantil a la Comunitat Valenciana defineix aquesta àrea com a la implicació de l'existència de sentiments de pertinença, respecte, interès i valoració de tots els elements que l'integren. Respecte a l'objectiu d'aquesta àrea és “facilitar el coneixement i la comprensió de tot allò que configura la realitat de la xiqueta i del xiquet, sobretot pel que fa al que està a l'abast de la seua experiència.” (Conselleria d'Educació, Currículum del segon cicle de l'Educació Infantil a la Comunitat Valenciana, 2008, p.10).

Dins dels objectius d'aquesta segona àrea trobem el sisé objectiu com a important a tractar en la sèrie d'activitats, "establir relacions amb els adults i amb els seus iguals que responguen als sentiments d'afecte que li expressen i ser capaços de respectar la diversitat i desenvolupar actituds d'ajuda i col·laboració." (Conselleria d'Educació, Currículum del segon cicle de l'Educació Infantil a la Comunitat Valenciana, 2008, p.11).

L'última àrea que exposa aquest currículum per a treballar és el següent:

III. ELS LLENGUATGES: COMUNICACIÓ I REPRESENTACIÓ

Dins d'aquesta àrea podem trobar diferents objectius característics en les activitats proposades com, per exemple, "utilitzar les distintes formes de representació per a expressar i comunicar situacions, accions, desitjos i sentiments coneguts, viscuts o imaginats i expressar sentiments, desitjos i idees per mitjà de l'expressió artística a través dels distintes llenguatges." (Conselleria d'Educació, Currículum del segon cicle de l'Educació Infantil a la Comunitat Valenciana, 2008, p.17).

Els continguts, dins de la tercera àrea, que es treballarà durant la pràctica d'aquest treball són els blocs que tracten sobre el llenguatge plàstic, el llenguatge musical i el llenguatge corporal.

Una vegada revisat el que estableix i prescriu la legislació educativa vigent passarem, tot seguit, a tractar la delimitació conceptual que, com hem esmenat, al principi d'aquest apartat, ens servirà de substrat científic a partir del qual plantejarem la nostra proposta.

4.1 El Dol

En aquest primer apartat del marc teòric, parlarem del concepte del dol després d'haver sofrit la pèrdua d'una persona amb la qual existeix afecte o un vincle pròxim, ja que aquest concepte està relacionat al fet de la pèrdua i la mort. D'una banda, apareixeran les característiques del dol, també els seus símptomes i una explicació dels tipus de dol. Després, explicarem més concretament les fases per les quals passa qualsevol persona que ha perdut a un ésser estimat segons diferents autors i centrarem la teoria en com viuen els xiquets el dol, la pèrdua i com depenent les seues capacitats evolutives en cada etapa de la seua vida els afecta d'una manera o d'una altra.

A més a més, aquest treball en general i, la proposta de treball sobre el tractament del dol en infants, és una forma de poder realitzar un procés de dol adequat i positiu, però és necessari que el lector es plantege com viu o entén els sentiments i les emocions de manera personal com a aplicador d'aquesta proposta, independentment que siga mestre, mestra, pare o mare. Una vegada ha aconseguit tindre aquesta visió de si mateix, ja pot posar-se en la visió de l'infant i podrà tindre una major capacitat de comprensió i suport per al xiquet o xiqueta.

4.1.1 *Concepte de Dol*

El concepte de dol i de mort és universal, està relacionat amb el sofriment psíquic i concerneix a tots els éssers humans, des de menuts fins a adults. En primer lloc, l'etimologia de la paraula dol es relaciona amb les paraules llatines *dolus*, que fa referència al dolor de manera psicològica, i *duellum*, que fa referència al combat dos a dos o repte (Didacterion, 2021). El dol és un procés íntim, intern i que té relació amb el que sentim.

Segons la RAE, el Diccionari de la Reial Acadèmia Espanyola de la Llengua, el concepte de dol es defineix com a “demostracions que es fan per a manifestar el sentiment que es té per la mort d'algú”, això vol dir que són totes aquelles conductes o comportaments que apareixen en el moment en el qual una persona rep la notícia sobre la mort d'algú o la manera en com s'enfronta a la realitat. Però en aquest treball s'entendrà el dol com a procés d'elaboració pel qual passa una persona fins que és capaç d'assumir completament i l'absència de l'altre, com va dir Bucay, J. M. (2020), el dol és un procés normal dolorós d'elaboració de la pèrdua d'una persona a la qual estimes.

Així doncs, el dol sol ser un procés normal no patològic que pot arribar a un punt en el qual es pot complicar fins a convertir-se en un greu problema de salut mental, arribar fins a aquesta situació afectarà el desenvolupament normal de la vida de la persona afectada. Aquest problema mental seria tindre una depressió, ja que els símptomes de tristesa patològica estan relacionats amb aquest problema. De fet, el manual de diagnòstic, DSM-IV² especifica que hi ha un subtipus de depressió severa que és directament causada per la tristesa. Això ocorre perquè encara no s'han tractat ni resolt satisfactòriament els símptomes i s'ha convertit en una malaltia crònica.

D'una banda, l'objectiu de l'article (Pelegrí i Romeu, 2011) és descriure el dol com a procés de superació d'una pèrdua i una reconstrucció psíquica que vincula les tensions entre la persona i el valor simbòlic, és a dir, tot aquell referent vinculat a la pèrdua.

² Manual Diagnòstic i Estadístic dels Trastorns Mentals

Per altra part, trobem altres autors que també han fet les seues aportacions sobre el tema de la mort i el procés de dol d'una persona que ha sofrit la pèrdua d'una persona estimada. A continuació, parlarem i explicarem succintament aspectes importants que cada autor va publicar relacionats amb el tema d'aquest TFG.

Sigmund Freud (1856 - 1939)

Sigmund Freud és l'autor del llibre *Duelo y melancolía* (1917), gràcies a la publicació d'aquest llibre, Freud va ser la primera persona a elaborar una teoria de dol clara i sòlida. Freud defineix el dol com a la reacció enfront de la pèrdua d'una persona estimada, o d'una abstracció que faça les seues vegades, com la pàtria, la llibertat o un ideal (Freud, 1917).

Freud no considera el dol com a un estat patològic, remarca que el dol no és una malaltia sinó un procés normal de l'aparell psíquic, ja que una de les respostes que desencadenarà el dol serà de tipus emocional i una altra de comportament i confia que d'aquesta forma el procés es prolongue el temps necessari per a elaborar la falta i al llarg del temps desaparega (Freud, 1917).

D'altra banda, Freud (1917), també afirma que aquest procés comporta conseqüències tant en l'àmbit fisiològic com en el social; per exemple, la intensitat, la duració i les seues implicacions seran proporcionals a la dimensió i significat de la pèrdua i a les particularitats psíquiques de cada persona. Conseqüentment, segons Freud (1917) existeix un punt de partida diferent en relació al començament del procés de dol, per exemple, quan una persona pateix una malaltia molt greu, sense possibilitats de recuperació, el procés de pèrdua comença abans de la mort de la persona.

En resum, el treball de dol per a Freud suposa una elaboració intrapsíquica que encara que siga un procés dolorós, és indispensable i quasi obligatori per a poder aconseguir el benestar psíquic de la persona.

Viktor Frankl (1905 - 1997)

Viktor Frankl va ser un neuròleg, psiquiatre i filòsof, autor d'una obra publicada el 2004 on narra la seua vivència com a presoner d'un camp de concentració de l'actual Txèquia, des del punt de vista d'un psiquiatre. Després d'aquesta experiència va descobrir la logoteràpia, la qual també apareix en l'última part del seu llibre. Frankl en el llibre comenta que l'amor és l'última meta i la més alta a la qual pot aspirar l'home, aquesta frase fa referència al fet que l'home adquireix la salvació mitjançant l'amor. Un home sense amor és una persona despullada de tot com ell mateix narra en el seu llibre, l'única forma de mantindre's amb vida és creant una imatge de la seua dona al seu costat dins del camp de concentració i parlant amb ella, aquesta situació sorgeix perquè té una raó per a viure, l'amor per ella.

Viktor Frankl (2004) resumeix tota la seua vivència, gràcies a la seua experiència, assenyalant que qui té un per què per a viure, pot suportar qualsevol com. El sentit de la vida és tot allò perquè no volem deixar de viure, sempre ha d'haver-hi alguna raó per a seguir avant i mai creure que està tot perdut, perquè quan arribe aquest moment serà quan la situació siga tan extrema que siga impossible tindre una il·lusió en alguna cosa o per algú.

Com podem deduir, una de les seues influències va ser Sigmund Freud, per l'estudi exhaustiu que va fer analitzant i elaborant processos de psicologia. Com hem comentat anteriorment, aquest autor és important per ser el creador de la logoteràpia, corrent psicològica que es recolza en una concepció antropològica que considera a l'ésser humà com un ésser bio-

psico-soci-espiritual, al qual ho motiva una voluntat de trobar sentit a la seua existència. Així doncs, la logoteràpia és un tipus de psicoteràpia que se centra en la visió de l'ésser humà com a ésser coneixedor del sentit de la seua existència amb la finalitat de tractar malalties i aconseguir un estat de salut millor del que tenia abans (Lukas, 1983).

Aquesta teràpia ajuda a l'ésser humà a trobar un significat a la seua existència per tal de no esdevindre un trauma, tenint en compte que no es pot evitar l'experiència negativa i ajudant a tindre voluntat per a superar el dolor d'aquestes experiències.

José-Francisco Gallego Pérez

El doctor Francisco Gallego és professor de la Facultat de Psicologia i Ciències de la Salut de la Universitat Catòlica de València i, també, i autor de múltiples articles i estudis sobre el dol i la logoteràpia, on analitza diferents estudis que arriben a la mateixa conclusió. Un dels aspectes comuns de l'estudi (2009) és que la desesperança i el buit existencial remetent a uns sentiments, unes expectatives i un estat d'ànim sobre el futur que es caracteritzen per l'apatia, el cansament, la falta d'il·lusió i la desorientació existencial; i tots aquests poden portar al pensament o fet del suïcidi. Tot això, sorgeix quan no s'aconsegueix l'assoliment existencial que s'associaria a la desesperança i origina un buit existencial.

Un altre estudi que analitza aquest autor explica que com més desesperança hi haja, major probabilitat hi haurà de materialitzar una conducta suïcida, a causa de l'augment d'intensitat d'ideacions suïcides. Una persona que experimente distorsions cognitives característiques de la desesperança es trobaria entre la depressió i la conducta suïcida.

En altres articles, el professor Gallego Pérez, també ha indagat les persones que tenen pensaments suïcides, aquests mostraven dificultats en la seua habilitat per a generar pensaments

positius sobre el futur, en comparació amb un grup control i aquestes situacions generaven conseqüències negatives sobre la malaltia física i mental de la persona.

J. William Worden (1932)

William Worden és una de les autoritats mundials en el tractament del dol que va nàixer l'any 1932. També és membre de l'Associació Americana de Psicologia i treballa a l'Escola de Medicina de Harvard i a l'Escola de Postgrau de Psicologia de Califòrnia. Va ser membre fundador de l'Associació d'Educació i Conselleria de mort i del Grup Internacional de Treball sobre la Mort i el Dol.

J. Worden defineix el dol com a procés psicològic al qual ens enfrontem després de la pèrdua, que inclou principalment l'adaptació emocional a ells, encara que aquesta és una experiència complexa, que també inclou factors físics, cognitius i conductuals.

John Bowlby (1907 - 1990)

El Dr. John Bowlby va ser un psiquiatre i psicoanalista de xiquets, seguidor de l'obra de Sigmund Freud, però qui alhora introdueix altres disciplines en el seu estudi, com és la psicologia cognitiva i l'etologia. Aquest autor va recalcar que una experiència de relació càlida, íntima i contínua entre la mare i el seu fill per la qual tots dos troben satisfacció i alegria, a efectes immediats i a llarg termini, regulen la salut mental del xiquet.

Aquest autor defineix el dol com tots aquells processos psicològics, conscients i inconscients, que la pèrdua d'una persona estimada posa en marxa, qualsevol que siga el resultat (Bowlby, 1986).

La teoria que va elaborar va ser la de l'aferrament que consisteix a establir llaços emocionals amb unes altres persones, ja que tenim la necessitat de protecció i seguretat, i una manera d'entendre les fortes reaccions emocionals que es produeixen quan el vincle està amenaçat o hi ha perill de trencar-lo. Com més gran és el potencial de pèrdua més variades i intenses són aquestes reaccions. En aquestes circumstàncies, s'activen les conductes d'inclinació més poderoses: aferrar-se, plorar, i potser coaccionar mitjançant l'enuig... quan aquestes accions són exitoses, es restableix el llaç, les activitats cessen i s'alleugen els estats d'estrés i malestar (Bowlby, 1986). Si aquesta situació de perill no desapareix, sobrevindrà el rebuig, l'apatia i el desesper.

A més a més, també elaborà una teoria anomenada teoria biològica del dol, que afirma que les respostes conductuals que formen part del procés de dol es dirigeixen a restablir la relació amb la pèrdua.

Elisabeth Kübler-Ross (1926 - 2004)

Atenint-nos als postulats d'aquesta autora, el model psicològic que descriu aquest procés de dol és provocat per la mort d'una persona pròxima o la d'un ésser estimat. Hui dia, un dels models més important és el d'Elisabeth Kübler-Ross qui, a principis dels setanta, estableix cinc etapes per les quals passa qualsevol persona que ha perdut un ésser estimat. Aquesta psiquiatra va publicar un llibre l'any 1972 on descriu cadascuna de les etapes.

4.1.2 Tipus de Dol

Una vegada citats de forma abreujada alguns dels autors i autores més representatius, farem un pas més i, partint dels postulats que exposen, establirem succintament els diferents tipus de dol.

Dol normal: aquest dol es caracteritza per les diferents vivències en totes les dimensions de la persona. Seguint les consideracions de Kaplan (2015) sobre les característiques del dol normal trobem les següents:

- Atordiment i perplexitat davant la pèrdua.
- Dolor i malestar.
- Sensació de feblesa.
- Pèrdua d'apetit, pes, somni.
- Dificultat per a concentrar-se.
- Culpa, ràbia.
- Moments de negació.
- Il·lusions i al·lucinacions respecte al mort.
- Identificació amb el mort.

Tipus de dol complicats segons Worden

Worden, partint de les premisses d'Horowitz, tracta el dol complicat, anormal o patològic, és la intensificació del dol al nivell en què la persona està desbordada, recorre a

conductes desadaptatives o roman inacabablement en aquest estat sense avançar en el procés del dol cap a la seua resolució.

Segons Worden (1982) existeix diferents tipus de dol complicat:

Dol crònic: la durada d'aquest dol és excessiva, ja que el dol es pot arrossegar durant anys, i la persona és incapaç de tornar a fer la seua vida i reincorporar-se a la societat, és a dir, és conscient del fet que no pot passar pàgina i viu constantment en el record. La persona continua sense acceptar el dolor, l'angoixa i l'ansietat que li provoca recordar la pèrdua.

Dol endarrerit: és també conegut com **inhibit, suprimit o posposat**. En les fases inicials del dol quan es produeix la pèrdua, la persona té una reacció emocional insuficient que pot ser a causa de falta de suport social o per la necessitat de ser forta per algú més, hi ha una dificultat per a l'expressió emocional i per a reaccionar a la pèrdua. En aquest tipus de dol, al principi no apareix cap símptoma vinculat al procés de dol, poden aparéixer al llarg del temps.

Dol exagerat: la persona experimenta símptomes vinculats a la pèrdua amb intensificació d'un dol normal, també es podria dir que és una intensitat excessiva que desemboca en una conducta desadaptativa que la incapacita. Els símptomes clínics freqüents són depressió, ansietat o migranyes, també inclouen trastorns psiquiàtrics majors després de la pèrdua.

Dol emmascarat: en la persona es poden presentar símptomes que causen dificultats: físics com, per exemple, al·lèrgies, mal de cap, d'estómac o conductes de desadaptació com, per exemple, alcoholisme, drogoaddicció. Aquesta persona no és conscient ni relaciona que el que li passa té a veure amb la pèrdua.

Aquests tipus de dol establits per Worden és completat per Rojas en parlar del que ell denomina dol eufòric i que, segons aquest autor, es pot expressar de dues maneres, en positiu

o en negatiu. En el positiu, la persona que està en dol sí que reconeix que ha mort una altra, no obstant això, en el segon dol eufòric es nega la realitat de la mort, sent que la persona morta encara està viva i té la sensació i incapacitat per acceptar la mort (Rojas, 2008).

4.1.3 Fases del Procés de Dol

Fases del procés de dol segons Sigmund Freud

Segons Freud (1917), el dol es divideix en diferents fases o moments. Així doncs, aquest autor parla de:

Evitació: aquest procés comença amb la negació de la pèrdua, dins d'aquesta etapa inclouríem el xoc que sofreix la persona, també afirma l'autor que és l'instant traumàtic en el qual es perd una persona estimada.

Confrontació: ací és on tenen lloc les emocions més intenses, tant la ràbia com la culpa poden ser desbordants, ja que trobem una impossibilitat a l'intentar recuperar allò que ha perdut. Com podem deduir, els aspectes relacionats amb la salut que apareixen amb major freqüència poden ser símptomes com l'angoixa, la depressió, i fins i tot, visions o sensacions de sentir la presència de la persona perduda.

Restabliment: en aquesta etapa s'estableix un record i ja no hi ha una vinculació tan forta, a més a més des del punt de vista de la psicoanàlisi sabem que el temps per si mateix no cura.

Fases del procés de dol no complicat segons J. William Worden

El Dr. J. William Worden (2013) descriu les diferents fases per les quals passa una persona que ha perdut a una altra.

Així doncs, pel que observem amb aquest autor, les fases del dol suposen un procediment cognitiu que prepara a la persona per a fer-li enfront de determinades circumstàncies i a acceptar la pèrdua d'una persona fent una adaptació a un món que ha canviat, encara que no el desitja.

Fase I: Acceptar la realitat de la pèrdua.

La primera de les etapes que, segons J. William Worden (2013), ha de passar una persona que ha sofrit la pèrdua d'un ésser pròxim és l'acceptació de la realitat de la pèrdua. Durant aquesta situació, existeix una sensació d'irrealitat, pel fet de no voler fer front a la mort d'aquesta persona, encara que s'haja produït la mort per una causa natural, i saber que el retrobament és impossible. En aquesta primera etapa podem trobar diferents nivells quan hem de realitzar la negació, el primer nivell seria negar la realitat de la pèrdua, aquest és un pensament distorsionat de la realitat, però pot amortir la intensitat de la pèrdua encara que al mateix temps fa que dificulte l'acceptació a la realitat de la pèrdua.

El següent nivell seria negar el significat de la pèrdua, d'aquesta manera la pèrdua es pot veure menys significativa del que realment és, l'objectiu és minimitzar la pèrdua.

El tercer i últim nivell respecte a la negació és quan es nega que la mort siga irreversible. Durant aquest nivell la persona que està de dol intenta pactar amb diferents entitats espirituals

amb la finalitat de tornar a veure a aquella persona o demanar que la persona que ha mort torne a viure amb la condició que ell canviarà el seu punt de vista o inclús la seua personalitat.

Dins d'aquesta etapa també podem trobar que la creença i la incredulitat són intermitents, ja que s'intenta resoldre la situació, a vegades les persones en dol semblen estar sota la influència de la realitat o es comporten com si acceptaren plenament que el mort se n'ha anat; altres vegades es comporten de manera irracional, sota el domini de la fantasia d'un retrobament final. L'enuig es dirigeix a altres persones que es creu que han causat la pèrdua, i fins i tot als benèvols que amb bona intenció li recorden que la realitat de la pèrdua és una característica omnipresent (Cabodevilla, 2007).

Fase II: Treballar les emocions i el dolor de la pèrdua.

La següent fase és l'elaboració del dolor després de la pèrdua, ací el dolor físic, emocional i de comportament en el procés de dol és real. Si no es reconeix aquest dolor, es manifestarà d'altres formes, la qual cosa provocarà un comportament anormal i problemes físics i mentals. La part fonamental d'aquesta etapa és la correcta elaboració de les emocions i el dolor de la pèrdua.

Fase III: Adaptar-se a un medi en el qual la persona que ha mort no està present.

Quan se supera l'etapa de l'elaboració del dolor, passem a l'adaptació a l'entorn, però sense l'ésser estimat. Dins d'aquesta etapa intentem adaptar-nos al nou entorn de manera interna i externa. D'una forma interna, s'adapta en el procés de dol la seua pròpia identitat

personal influenciades per les seues creences espirituals i els seus valors després de la pèrdua (Worden, 2013).

I d'una manera externa, adaptar-nos a les relacions amb la nova vida i les noves activitats de la vida quotidiana tenint en compte com afecta aquesta mort als valors, les creences i a la mateixa imatge de la persona en si mateixa.

Fase IV: Reubicar emocionalment la persona perduda i continuar vivint.

El fet de trobar una connexió amb la persona que ha mort és l'últim pas per a poder seguir vivint, ja que fins al moment que no existira un vincle que pot durar en el temps amb aquesta persona no es consideren a ver superat totes les etapes de dol i ha pogut adaptar-se al nou món en el qual ja no està present la persona que ha mort. Alguns vincles podrien ser una fotografia, un àlbum familiar amb fotos, un vídeo o alguna peça de roba que caracteritzava a aquesta persona.

Wonder (2013) defensa la postura de la dificultat que hi ha al trobar una connexió amb la nova realitat i que aquesta adaptació si fora problemàtica durant un llarg període de temps pot original que l'individu no es desenvolupe personalment i puga acabar tenint problemes psicològics.

Fases del procés de dol segons John Bowlby

Aquest psiquiatre i psicoanalista va dividir el procés de dol en tres etapes:

1) Enyorança i cerca de la persona perduda

2) Desorganització

3) Reorganització

Totes aquestes fases estan relacionades amb la teoria de l'aferrament perquè quan entre el xiquet i la seua mare hi ha un vincle d'afecte, quan desapareix aquest vincle, suposa en el xiquet una sensació d'angoixa, una angoixa que, també, s'observa quan un xiquet més major o un adult perd a una persona que estima.

Fases del dol segons Elisabeth Kübler-Ross

Aquesta psicòloga suïssa-americana, escriptora, i pionera en els estudis d'experiències properes a la mort, estableix cinc etapes del procés de dol que exposem a continuació:

1. Etapa de negació (Kübler-Ross, 1992)

Aquesta primera etapa és la primera del procés de dol, és l'etapa de negació, aquesta consisteix a negar el fet que algú ha mort, per aquesta raó, pensar que ja no està amb nosaltres ens alleugera el dolor perquè ajuda a evitar que els canvis emocionals sobtats ens danyen. Hi ha vegades que podem expressar verbalment que hem acceptat la notícia de la mort d'un ésser estimat, però en realitat podem no haver-ho superat. En aquests casos podem dir que existeix un rebuig relacionat directament amb la negació de mort de la persona estimada.

Aquesta situació de negació no es pot mantindre indefinidament perquè entra en conflicte amb una realitat que encara no ha sigut acceptada, per la qual cosa finalment abandonem aquesta etapa.

2. Etapa de la ira

Després de la primera etapa, el procés del dol continua amb l'etapa de la ira. El dol produeix una tristesa profunda plena de ràbia i ressentiment que apareix en aquesta etapa a causa de la frustració que produeix saber que s'ha produït la mort i que no es pot fer res per a arreglar o canviar la situació. Així doncs, en aquesta etapa, la mort és percebuda com el resultat d'una decisió en la qual intentem buscar culpables. Com a conseqüència, el pilar fonamental d'aquesta etapa és la destrucció amb una càrrega emocional molt forta que existeix entre el joc de dues idees, el fet de pensar que la mort és inevitable i que la vida és desitjable, tot açò origina amb més facilitat donar esclats d'ira.

Com que no es s'hi pot trobar cap solució ni ningú a qui se li puga responsabilitzar completament de la mort de la persona volguda, apareix una sensació molt forta d'enuig que es dirigeix contra persones, objectes i animals que no tenen la culpa de res tot i que, encara que en el nostre interior sabem que és injust tindre aquest comportament, la ràbia que sentim es projecta en totes direccions.

3. Etapa de negociació (Kübler-Ross, 1992)

La següent fase del procés de dol és l'etapa de negociació, ací intentem crear una situació imaginativa per tal de tractar la mort com una possibilitat que podríem evitar. Fins a cert punt, proporciona la il·lusió de controlar la situació.

La negociació consisteix a imaginar que la situació es pot revertir i busquem qualsevol estratègia per a fer-lo possible. Una de les tàctiques utilitzades és intentar negociar amb entitats sagrades o sobrenaturals, si la mort no ocorre, jo canviaré el meu estil de vida o inclús podria canviar la meua forma de ser. Pensar que pot haver una mínima possibilitat de retrocedir en el

temps i poder alliberar-nos del sofriment de la mort d'aquesta persona és una situació que crea un sentiment d'alleujament, però no s'ajusta a la realitat. Com a conseqüència aquesta etapa és curta i esgotadora per estar pensant solucions o canvis que ja no són possibles.

Una vegada exposada la denominada etapa de negociació passarem, tot seguit, a explicar en què consisteix l'etapa de depressió.

4. Etapa de depressió

Segons Kübler-Ross (1992), durant aquesta etapa de depressió ja no vivim en una realitat paral·lela, sinó que tornem al present, això sí, amb una sensació de buit. La situació normal que es viu és que ens aïllem, aïllem els nostres sentiments, ens sentim més cansats i no podem deslliurar-nos dels pensaments tristos i depressius.

Ací és quan apareixen símptomes similars als d'aquest trastorn mental, una intensa tristesa que sembla no poder ser alleujada amb excuses o imaginacions, la qual cosa ens porta a una crisi existencial quan considerem la irreversibilitat de la mort.

Una de les condicions per tal de continuar i recuperar la motivació per a viure és aprendre a acceptar que l'altra persona ja no està i començar a viure en la nova realitat, vivint amb aquesta absència i que ens conduirà a l'acceptació que expliquem a continuació.

5. Etapa d'acceptació

Un dels motius principals pels quals canviem de fase i passem de l'etapa de depressió a la d'acceptació és per la desaparició gradual del dolor emocional trist, gràcies al pas del temps (Kübler-Ross, 1992). És a dir, quan una persona aprèn a continuar vivint en un món on l'altra

persona ja no viu, és quan podem considerar que aquest ha superat la seua mort. Concretament aquesta fase no és feliç per a la persona, encara que siga l'etapa d'acceptació, però és l'últim pas abans de poder viure una vida amb normalitat.

Per una banda, hem de tindre en compte que també és necessari reorganitzar d'una manera activa tots els conceptes que constitueixen el nostre pla mental, ja que ara és nou.

Aquesta etapa es caracteritza pel cansament i la falta de sensacions fortes, ja que a poc a poc es tornen a recuperar la capacitat d'experimentar la felicitat i el plaer, necessaris per a tornar a una situació de normalitat. Una vegada aquests sentiments han tornat a nosaltres i tenim la motivació i les ganes de tornar a viure la vida, encara que siga d'una manera diferent, considerem que hem superat el procés de dol i recuperem la normalitat de la nostra vida.

Un aspecte a considerar respecte al procés del dol és que pot haver-hi modificacions en l'ordre de les etapes depenent de la situació de la persona que pateix aquest dol, ja que pot viure una sèrie de circumstàncies que perjudiquen el procés teòric del dol. Com a conseqüència, aquest procés, és a dir, superar aquest tipus de pèrdua, podria durar més del temps previst.

No obstant això, i arribat a aquest punt, per la fisonomia del nostre objecte d'estudi, considerem necessari investigar quina repercussió tenen aquestes etapes en els més menuts. Conseqüentment, a continuació, intentarem esbrinar com es manifesten aquestes etapes durant la infància.

4.1.4 Etapes de Dol en els xiquets des dels 0 als 12 anys

Com hem comentat anteriorment, és necessari valorar quina és la repercussió que tenen les diferents etapes en els infants. A continuació, exposarem i intentarem esbrinar les manifestacions dels infants en cada una de les etapes.

0 als 24 mesos:

Segons Díaz (2004), quan un infant té de 0 a 24 mesos és tot allò que percep. Les primeres setmanes de vida el xiquet començarà a mirar-ho tot, a la seua mare, al seu pare i reconeixerà el seu propi cos; més endavant serà capaç de reconèixer al rostre de la seua mare entre tots els altres rostres. Gràcies a aquest reconeixement, el xiquet adquirirà una resposta de precaució davant dels estranys, és per això que fins aquest moment si es produeix la pèrdua d'una persona estimada o de la mare, no serà percebuda com a pèrdua. En altres paraules com assenyalen alguns autors com que l'infant encara no té un sentit del temps, el nadó viu en el temps present, la vida és presència i la mort, absència (Esquerda i Agustí, 2009).

No obstant això, els xiquets d'aquesta edat sí que perceben les emocions i sentiments de les persones del seu voltant, encara que no entenen el que passa poden tindre unes possibles reaccions de dol causades per les emocions de les persones del seu entorn.

Possibles reaccions de dol de l'infant (0 - 24 mesos)
Plor
Irritabilitat
Mal humor
Conductes regressives (xuplar el dit, postures fetals...)
Trastorns de l'alimentació
Trastorns del son
Atacs de ràbia
Cerca de l'ésser estimat perdut
Angoixa davant a pèrdua del cuidador (mare)
Indiferència

Figura 1: Possibles reaccions de dol de l'infant de 0 a 24 mesos. Taula d'elaboració pròpia.

Dels 2 als 6 anys:

En aquesta etapa els xiquets comencen a tindre un pensament més desenvolupat, gràcies a les àrees i objectius que estableix el currículum d'Educació Infantil, ja que tenen una major capacitat i coneixement del seu cos, dels seus sentiments i les seues emocions i una millor relació amb el seu entorn físic, social i cultural (Esquerda i Agustí, 2009).

Durant aquesta etapa també el xiquet comença a establir relacions de causa efecte com pot passar amb la pèrdua d'una persona pròxima, senten la pèrdua i experimenten emocions com nosaltres, encara que la seua comprensió no siga com la d'un adult. Un dels processos que més costa d'entendre per als xiquets d'aquesta edat és el concepte d'irreversibilitat perquè pensen que la defunció de la persona és temporal i tornarà en algun moment. La pregunta més freqüent que fan és: Quan vindrà?, aquest és un mecanisme que fa el xiquet per intentar assimilar el que és real del que no ho és.

Segons Esquerda i Agustí (2009) és molt important que sempre se li responga de la mateixa manera, amb la finalitat de què el xiquet duga a terme un procés d'elaboració dels esdeveniments. També en aquesta etapa, els infants de 2 a 6 anys estan condicionats pel seu nucli familiar, els seus pares o adults pròxims seran els models d'imitació per a elaborar un procés de dol, ja que ells encara no coneixen la manera d'expressar el seu dolor.

A més a més, també hauríem de tindre en compte que hi ha xiquets que els costa expressar els seus sentiments i les seues emocions, per aquesta raó és important observar el seu comportament quan estan jugant, elaborant un joc simbòlic que exterioritza allò que sent.

Possibles reaccions de dol de l'infant (2 - 6 anys)
No reacciona
Plor desesperat
Culpabilitat
Por de preguntar
Por per l'enuig
Por per a una altra pèrdua
Desesperació
Pregunta constant de quan tornarà el difunt
Conductes regressives (no vestir-se sol, no menjar sol...)
Ansietat per separar-se del progenitor
Ús del joc com a forma d'expressió.
Establiment de nous vincles amb persones properes, com la mestra.

Figura 2: Possibles reaccions de dol de l'infant de 2 a 6 anys. Taula d'elaboració pròpia.

Dels 6 als 8 anys:

Segons Díaz (2004) l'etapa que va dels 6 als 8 anys és on canvia i evoluciona la capacitat intel·lectual i de raonament del xiquet, ja que comença a plantejar-se qüestions existencials i busca respostes. A més a més, comença a ser capaç de diferenciar entre la realitat i la fantasia i a entendre la irreversibilitat de la mort.

L'evolució cognitiva i de relació comporta variacions en el seu concepte de mort, entenen completament el què significa i la irreversibilitat del fet. Malgrat això, és possible que els xiquets no puguin comprendre el que suposarà aquesta pèrdua en la seua vida.

No és fins als 8 anys quan els infants entenen que el concepte de morir té la característica de ser universal, és a dir, tota aquella persona que està viva, mor. Les reaccions durant aquesta etapa s'estructuren al voltant de quatre estats emocionals principals: tristesa, ansietat, culpa i ràbia (Díaz, 2004).

Possibles reaccions de dol de l'infant (6 - 8 anys)
Negació
Idealització del difunt
Bloqueig emocional
Conductes regressives
Tristesa amb plors
Ràbia i trastorns de conducta
Inquietud
Desesperació
Ansietat en forma de preocupacions pel futur
Preguntes sobre el futur i sobre hipòtesis
Culpabilitat
Problemes de memòria
Alteracions en el rendiment escolar
Alteració del sistema immunitari
Manifestacions psicossomàtiques (mal de panxa, de cap, de coll, cansament, falta d'aire...)
Responsabilització (assumeixen rols que pertanyien al difunt)

Figura 3: Possibles reaccions de dol de l'infant de 6 a 8 anys. Taula d'elaboració pròpia.

Dels 8 als 12 anys:

Aquesta etapa que va des dels 8 anys fins als 12, segons Díaz (2004) els xiquets van formant el seu pensament i a poc a poc el seu raonament amb una lògica més madura. Al final d'aquesta etapa els infants encara no són capaços de conèixer el seu propi procés mental.

També evoluciona el concepte de mort, ja que la persona entén que pot afectar a persones que coneix i estima, i fins i tot ell mateix pot morir. Aquest esdeveniment els fa diferents, ja que no volem mostrar-se febles ni expressar emocions, donen més importància al grup d'amics i a les seues aficions (Díaz, 2004).

La dificultat respecte a l'elaboració i superació del procés de dol en aquesta etapa, serà major o menor segons la relació que té amb la família i l'evolució personal prèvia, tenint en compte els grans canvis que està vivint en l'àmbit personal, emocional, social i físic.

Possibles reaccions de dol de l'infant (8 - 12 anys)
Ansietat
Culpabilitat
Ràbia
Agressivitat
Revelar-se
Irritabilitat
Por de la pròpia mortalitat
Alteracions del son
Alteracions de l'alimentació
Cerca d'afecte en el seu grup d'edat
Manifestacions íntimes de la pèrdua
Intent de reprimir el dolor i el plor
Conductes desafiants

Figura 4: Possibles reaccions de dol de l'infant de 8 a 12 anys. Taula d'elaboració pròpia.

4.1.5 Aspectes Generals a tindre en compte durant el Procés de Dol

Aquest apartat està orientat cap a les persones que donen suport o acompanyen a les persones que han sofrit una pèrdua d'un ésser estimat, amb la finalitat d'ajudar a crear un correcte procés de dol.

Alguns dels aspectes generals que hem de tindre en compte durant el procés de dol són els següents (Cortina, 2018):

- Adaptar la comunicació al tipus de notícia, a les característiques i l'edat de la persona.
- Dedicar el temps necessari al tractament, l'assimilació i la superació de l'esdeveniment.
- Respectar els silencis i els temps d'assimilació de cada persona.
- Crear un ambient de confiança i seguretat per a parlar dels seus sentiments i emocions.
- Acompanyar en el procés d'elaboració i superació del dol.
- Facilitar i respondre preguntes i dubtes sempre de la mateixa manera i adaptades a l'edat de la persona.
- Adaptar-nos als seus estats d'ànim i llenguatge.
- Observar l'estat emocional, l'assimilació de la notícia i les necessitats i preocupacions de la persona.
- Permetre l'expressió de sentiments i emocions, ja siga de forma oral, mitjançant dibuixos o jocs simbòlics.
- Assegurar-li a la persona que es respectarà les seues decisions sobre què fer, com o amb qui.
- Comunicació entre els pares o persones responsables de l'infant i els mestres amb la finalitat de crear una orientació educativa adequada al xiquet que pateix el procés de dol.

- Valorar la possibilitat de sol·licitar mesures educatives extraordinàries o, si fora oportú, proposar la valoració psicopedagògica de l'alumne.
- Utilitzar activitats com, per exemple, contes o pel·lícules que ajuden a tractar d'expressar les emocions de la persona abans, durant i després del període de dol.

Una vegada analitzat com es manifesten les etapes del dol en l'etapa infantil, considerem que és rellevant fer una succinta aproximació a la psicologia dels infants. Aquesta aproximació ens permetrà entendre molt millor com l'infant percep l'absència o pèrdua d'algú. Analitzem-ho a continuació.

4.2 Psicologia Infantil

4.2.1 Les Emocions

Segons Bisquerra (2009) l'emoció és un estat complex de l'organisme caracteritzat per una excitació o pertorbació que predisposa a una resposta organitzada. Les emocions es generen habitualment com a resposta a un esdeveniment (estímul) extern o intern; actual, passat o futur; real o imaginari.

Sempre que es produeix una emoció la persona ha d'avaluar si és positiva o negativa, segons la considere d'una forma o d'una altra, es produiran unes determinades reaccions que poden desembocar en canvis fisiològics i tindre una menor o major predisposició a realitzar qualsevol acció com podem veure al següent esquema que hem dissenyat a partir dels postulats de Bisquerra (Bisquerra, 2009).

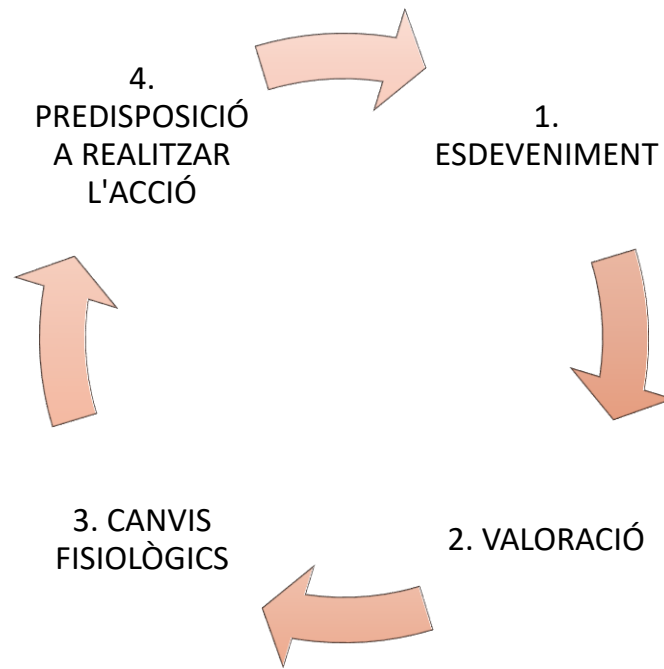


Figura 5: Esquema d'una emoció com a resposta a un estímul. Esquema d'elaboració pròpia

Aquest esdeveniment del qual parla Bisquerra en el procés de dol és la pèrdua i suposarà una sèrie de reaccions negatives que tenen com a funció adaptar a la persona que pateix al seu nou entorn. Segons Lazarus (1991), les emocions negatives seran la tristesa, la culpa, la por, la ràbia... però també apareixeran emocions positives com l'amor o l'afecte. Per donar i rebre suport davant aquest fet és necessari realitzar un procés d'habilitats i de competències per poder saber com diferenciar i controlar els nostres sentiments i emocions. Aquestes competències i habilitats tenen relació amb el concepte d'intel·ligència emocional.

4.2.2 Intel·ligència Emocional dins de la Psicologia Infantil

Howard Gardner és un psicòleg d'Amèrica conegut per la seua teoria de les intel·ligències múltiples, aquesta teoria diu que la intel·ligència de l'ésser humà no es pot mesurar a soles pel coeficient intel·lectual de la persona, ja que hi ha moltes altres intel·ligències com la intel·ligència lingüística-verbal, lògic-matemàtica, visual-espacial, musical, corporal-cinestèsica, intrapersonal, interpersonal i naturalista.

Gràcies a aquesta teoria, els psicòlegs J. Mayer i P. Salovey l'any 1990 van ser els primers a utilitzar el concepte d'intel·ligència emocional amb la finalitat de definir les característiques emocionals més importants per a aconseguir unes relacions humanes positives. Després, en 1996, el psicòleg Goleman va publicar el llibre *Emotional Intelligence*, que dona suport a la unió de temes cognitius, emocionals i socials per a obtindre una intel·ligència emocional completa i parlar en les escoles sobre aquest concepte.

Concretament la intel·ligència emocional en Educació Infantil s'ha de treballar amb uns adults models de conducta adequada que el xiquet pugua tindre com a referent per a formar la seua personalitat i aprendre els hàbits emocionals adequats a la seua edat i el seu entorn.

Un dels objectius d'aquest treball és crear activitats que ajuden a l'evolució del xiquet i a l'adquisició de conceptes cognitius i emocionals per a ajudar-los a conèixer les seues emocions i sentiments i poder controlar-les, a banda d'ajudar a treballar l'empatia amb els seus companys. Tot això, amb la finalitat de crear una correcta adaptació al medi en el qual viuen i viuran.

Finalment, considerem que aquest procés ha de treballar-se a casa, però també als centres escolars, Goleman (1996) atorga molta importància al treball emocional i a l'expressió de les emocions per a poder assolir una adequada superació en el procés de dol, els sentiments

han de fluir, si no, no hi ha curació. Però l'expressió de sentiments encara hui dia, ha d'esquivar una seguida d'obstacles i hem d'aconseguir traure fora un sentiment, que fa que la persona no siga conscient del que li passa, i ho puga treballar, perquè quan no ho fem, es bloquegen altres aspectes i s'impossibilita treballar-los.

Una vegada realitza aquesta breu reflexió sobre la psicologia infantil, passarem a investigar si hi ha hagut experiències prèvies semblants a la nostra que ens puguem donar llum i inspirar-nos amb la finalitat de millorar el nostre objecte d'estudi.

4.3 Experiències Prèvies

Respecte a les experiències prèvies que tractaré en aquest apartat, la meua referència ha sigut l'experiència pròpia amb la pèrdua del meu avi quan jo tenia 16 anys. Aquesta va ser molt dura, ja que era la primera vegada que experimentava una situació de dol i per a mi desconeguda, no sabia quins aspectes anaven a canviar en la meua vida ni si estaríem bé la meua família i jo. Un dels aspectes que ens feia patir a tota la família era veure com una persona pròxima estava cada vegada pitjor per una malaltia degenerativa. Finalment, va suposar un canvi i l'inici d'una nova etapa per a molts de la meua família, però aprenguérem a viure el procés del dol d'una manera adequada i beneficiosa amb el pas del temps.

A més a més, un any després vaig sofrir la pèrdua d'una companya de classe que sense explicació va morir, aquesta situació va ser molt diferent de l'anterior, ja que ningú pensava que ens podria passar una cosa així a uns xiquets de 17 anys, però quan menys t'ho esperes, ocorre.

Una altra experiència en la qual ens hem basat per a realitzar la proposta didàctica d'aquest TFG és la situació que estem vivim actualment respecte a la pandèmia originada pel virus SARS-CoV-2. Com hem explicat anteriorment, durant les pràctiques realitzades en els col·legis hem observat com els contagis han augmentat, i fins i tot, hi ha hagut alumnes que han perdut persones properes a ells a causa d'aquest virus. Aquesta experiència viscuda durant mesos ha suposat un canvi respecte al meu punt de vista sobre el tractament del dol i com s'ha de realitzar un procés de dol adequat.

A continuació, exposarem unes entrevistes personals realitzades a diversos mestres sobre la seua experiència amb algun alumne que haja viscut aquesta situació de dol.

L'experiència prèvia més actual que tenim és la que ens han proporcionat els mestres del centre de pràctiques durant aquest últim curs acadèmic. Un mestre de segon de primària, Roberto García, ens ha explicat que no ha tractat mai el tema de la mort amb l'alumnat, ja que és un tema que costa molt de treballar a l'escola, però després de les meues preguntes i de comentar el tema d'una manera informal, ha reflexionat i ens ha dit que ho intentarà treballar aquest curs i, també el treballarà cada any amb els alumnes, ja que aporta moltes coses i treballes moltes emocions que durant l'any no es tracten. A més a més, ha afegit que aquesta és una situació molt difícil per a les famílies i que ens ha sorprés a tots, de manera que no sabem de quina manera reaccionar, ja que la nostra societat no està acostumada a parlar ni tractar el tema. Aquest curs acadèmic, Roberto ha viscut per primera vegada l'experiència de la mort d'un familiar d'un alumne seu a causa de la nova malaltia, la COVID-19, per aquesta raó ens ha explicat que ho intentarà treballar amb el seu alumnat a l'aula.

Un altre mestre que ha participat en la recerca de mestres amb experiències prèvies ha sigut Guillermo, ha realitzat el qüestionari i ha aportat el seu punt de vista. Ell comenta que sí ha tingut alguna experiència prèvia amb el treball de la mort i el procés de dol, ja que ha sofrit la pèrdua d'alguns familiars. Ell conta una concretament que va sentir molta tristesa i va pensar que tot s'havia acabat, ja que feia molts anys que lluitava. Ell havia viscut tot el procés de la seua malaltia i havia ajudat en el tractament d'aquesta. A conseqüència d'aquesta situació i l'actual que viu el món sencer, aquest mestre intentarà fer una recerca de tallers com, per exemple, xarrades sobre el tema o excursions a llocs importants, per tal de treballar la mort i ajudar a elaborar un procés de dol adequat a totes aquelles persones que hagen perdut a algú.

5. Proposta Didàctica

“L’educació que deixa empremta no és la que es fa de cap a cap, sinó de cor a cor”.

Sant Francesc d’Assís (1182 - 1226)³

Com hem comentat a l’apartat de metodologia, en aquest apartat inclourem el procediment que hem seguit per a redactar la proposta didàctica basada en el tractament i procés del dol i una sèrie d’activitats que han sigut programades i desenvolupades com a suggeriment per tal de treballar el tema d’aquest TFG, el comportament i tractament del dol en alumnat de segon cicle d’Educació Infantil.

5.1 Procediment

Per a redactar aquesta proposta didàctica hem seguit una sèrie de passos necessaris per a aconseguir el nostre objectiu principal: revisar el tractament del dol mitjançant el plantejament d’una proposta d’activitats que ajuden l’alumnat del segon cicle d’Educació Infantil a través dels contes.

Com hem comentat anteriorment, el primer pas que teníem previst realitzar era establir una entrevista oral amb el tutor del centre de pràctiques per consultar-li si seria un bon tema a tractar. La conclusió que vam extraure d’aquesta conversa va ser que era un tema molt important i, més encara en aquesta situació, on molts xiquets han patit alguna pèrdua com a conseqüència de la pandèmia.

³ Fundador de l’orde franciscana i les clarisses.

A continuació, li comentàrem el tema al meu director del TFG i ens va orientar un poc respecte a la part teòrica del treball i fer-lo el més realista possible per a poder utilitzar-lo en qualsevol moment o portar-lo a la pràctica per part del lector.

Quan el director ens va donar el vistiplau, el següent pas va ser acotar el tema perquè és important establir quin tema volem tractar dins d'un tema tan general i, fins on volem tractar el tema, ja que aquest és un tema que té molts vessants. També valoràrem quina podria ser la manera a l'hora de tractar el tema del dol amb xiquets i, és en aquest punt, quan vam analitzar el recurs dels contes com a recurs per a tractar aquesta temàtica, ja que són una ferramenta que als xiquets els encanta i els fa reflexionar d'una manera indirecta, com si ells mateixos foren els protagonistes.

Una vegada acotàrem el tema per a saber quins conceptes devien aparèixer al treball, vam començar a fer una recerca d'informació i a recollir tots els coneixements, els articles i les investigacions de diferents autors i científics que van estudiar aquest tema. Després d'haver llegit i consultat moltes fonts diferents, ens atrevirem a començar a redactar el marc teòric, ja que és la delimitació conceptual, i els diferents punts que es troben dins d'aquest.

Un possible objectiu de futur sobre aquest treball seria realitzar una línia d'investigació continuada d'aquesta redacció, ja que després del marc teòric realitzàrem una proposta didàctica perquè es poguera portar a la pràctica quan algun dels alumnes de l'aula o un familiar es trobara una situació de dol que afecte el seu ensenyament-aprenentatge.

Per tant, a continuació vam fer una proposta pràctica on el tema principal era el tractament del dol, però utilitzant diferents contes adequats a l'edat del segon cicle d'Educació

Infantil. Per últim, trobem les conclusions on hem reflexionat sobre aquest tema i hem vist que és molt més important del que nosaltres ens imaginem.

La descripció del procés i disseny utilitzat per a la programació i redacció de les diferents activitats proposades es basa en la utilització de contes com a ferramenta per a una assimilació i realització adequada del procés de dol en els alumnes. El recurs més important que utilitzarem durant totes les activitats serà l'ús de contes, ja que és un dels materials més accessibles i proclamats pels xiquets d'aquestes edats, 4 i 5 anys.

Respecte a la metodologia que seguiran les activitats proposades tindran una temporalització, uns objectius i una sèrie de passos a seguir per a poder tractar el dol d'una forma didàctica i beneficiosa per a l'infant. D'altra banda, un altre aspecte a tindre en compte en les activitats quan es porten a la pràctica és el mètode que hem d'utilitzar, ja que aquest en concret cal que siga actiu i participatiu per part dels alumnes de l'aula.

Finalment, respecte als instruments de recollida d'informació seran reals i d'actualitat, pel fet que aquesta proposta es pot aplicar de manera directa i automàtica a causa de la situació per la qual estem passant. Quant a les fonts seran tant primàries com secundàries, ja que hi haurà informació extreta principalment de documents i unes altres de manera indirecta.

A continuació, presentarem un apartat on exposarem una sèrie d'activitats com a suggeriment per tal de tractar el tema principal d'aquest treball, el tractament del dol i el seu corresponent procés, amb l'alumnat de segon cicle d'Educació Infantil. Un aspecte que cal remarcar és l'ajuda i acompanyament de l'adult durant tota aquesta proposta didàctica.

5.2 Activitats

Les activitats proposades a continuació tenen la finalitat d'explicar la mort d'una persona estimada d'una manera natural. Per aquesta raó, considerem que l'ús de contes adequats per a elaborar la pèrdua poden representar personatges i situacions que afavoreixen les elaboracions crítiques i les conclusions constructives.

El fil conductor per a la realització de les sis activitats següents serà el conte *La Júlia té un estel* de l'autor Eduard José, de l'editorial La Galera.

ACTIVITAT 1. Pluja d'idees.
Objectiu: <ul style="list-style-type: none"> - Conèixer les idees prèvies que té l'alumnat sobre el concepte de la mort.
Duració: 10 minuts.
Recursos necessaris: Pissarra, guix i preguntes del docent.
Desenvolupament: Es realitzarà una pluja d'idees per a identificar les idees prèvies de cada alumne, les seues creences i la seua capacitat de conceptualització, també podem entendre les seues emocions i el seu coneixement sobre el tema de la mort. Després el docent realitzarà una sèrie de preguntes per a introduir als alumnes en el tema a tractar i, posteriorment, s'apuntaran en la pissarra els aspectes més importants que diga l'alumnat.
Annexos: PREGUNTES DEL DOCENT <ul style="list-style-type: none"> - Què és la mort? - Què és el dol?

- Com se sent una persona que passa per un període de dol?
 - Com podríem ajudar una persona que es troba en aquest període?
 - Com us sentiríeu si fóreu vosaltres els que passeu per aquest període?
- (Depenent de les respostes farem altres preguntes relacionades amb aquestes).

ACTIVITAT 2. Lectura del conte “La Júlia té un estel”.

Objectiu:

- Introduir el concepte de dol mitjançant la lectura d'un conte.

Duració: 20 minuts.

Recursos necessaris: Conte de *La Júlia té un estel*, ordinador, internet i enllaç de Youtube.

Desenvolupament: Visualització del vídeo introductori a la lectura i, després, lectura del conte tenint en compte la intensitat, la velocitat, la vocalització i la pronunciació, parant especialment atenció en la portada perquè tot el món comente els aspectes que troba interessants aquí.

Annexos: Enllaç: <https://www.youtube.com/watch?v=HOIDJRKGmwE&t=4s>



Hem respectat la versió original del conte escrita en català oriental.

CONTE LA JÚLIA TÉ UN ESTEL

La Júlia té cinc anys i els seus millors amics són la Cristina i el Pau que, a més, també van a la seva classe.

La Cristina s'estima molt la Lluna, la seva gosseta, que té les cames molt curtes, i les orelles tan llargues que gairebé les arrossega per terra.

Diu la Cristina que quan la Lluna sigui gran empaïtarà conills per la muntanya.

La cosa que més s'estima en Pau és, una harmònica que li va regalar el seu oncle el dia del seu aniversari.

Ara està aprenent a tocar-la i ja quasi li surt un trosset de l'himne del Barça. I és que en Pau és del Barça.

La Júlia no té ni una gosseta ni una harmònica, però té una cosa millor: la Júlia té un estel. I no us penseu que és un estel de joguina, ni d'aquells dibuixats en un paper que

surten en els llibres de geografia. No, l'estel de la Júlia és de veritat, dels que hi ha al cel i es veuen de nit.

El que passa és que la Júlia no ho pot dir a ningú, que té un estel. Va prometre a la seva mare que seria un secret entre totes dues.

Temps enrere, ja fa uns quants mesos, la mare de la Júlia, que es diu Paula, no es trobava gaire bé. S'estava sempre al llit i tenia una carona blanca, molt blanca. Un dia, quan la Júlia tornava del col·legi, la va fer apropar al llit.

–Júlia, t'he de dir una cosa- li va dir.

-Mira, m'han trucat per telèfon per donar-me una feina. La Júlia es va quedar bocabadada.

-Però si estàs malalta!

–Això no vol dir res. Justament, si faig aquesta feina em trobaré força millor. He d'anar a treballar a un estel.

Ara sí que la Júlia no entenia res. Anar a treballar a un estel? Quina cosa més estranya!

La Paula, però seguia parlant: No ho pot saber ningú més. És clar que això de la meua feina haurà de ser un secret entre totes dues. –va dir la mare.

-És que...jo no he sentit mai a dir que es pugui anar a treballar a un estel, -insistia la Júlia.

-Només en casos molt especials. Jo he tingut molta sort.

-I quan tornaràs? –va preguntar la Júlia.

-No ho sé ben bé, però tu no t'amoïnis. Cada nit obres la finestra de la teua habitació, mires cap al cel, a l'esquerra veuràs un estel que llueix més que els altres. Allà és on jo m'estaré. I et faré un senyal perquè em reconegis.

La Júlia volia preguntar-li moltes coses, a la mare: ...si havia llogat un coet per viatjar fins l'estel,...si la podria acompanyar,...si no podria trobar una altra feina més a prop,...si la podria anar a veure alguna vegada,...però amb tot aquella enrenou només se li va acudir preguntar-li:

-I dius que ha de ser un secret, mare?

-I al pare tampoc no l'hi puc dir?

-Ell ja ho sap. Però mira, el dia que facis sis anys i mig, l'hi dius i ell ja t'acabarà d'explicar el que calgui. Recorda l'estel que més llueix de l'esquerra.

La Júlia va obrir la boca per dir alguna altra cosa, però la mare ja s'havia quedat mig adormida.

I així va passar.

Uns dies després es van endur la Paula i abans d'anar-se'n la Júlia li va fer un petó i la mare va aprofitar per dir-li a cau d'orella:

-L'estel no te n'oblidis...

I tot va anar tan ràpid que la Júlia no va tenir temps de pensar-hi més.

De seguida van començar a anar a casa seva els avis, els oncles, tota la família que la Júlia gairebé no veia mai.

Tots ploraven i l'abraçaven, i fins i tot l'avi Pere va dir al pare de la Júlia: -És tan petita que no s'adona de res!

Ella, la Júlia, l'únic que volia era que es fes de nit i que la deixessin anar a la seva habitació. I a la fi, ho va aconseguir.

Es va quedar davant de la finestra tancada i de sobte va tenir una mica de por i si la mare l'havia enganyat? No, la mare no ho havia fet mai, això.

Va obrir la finestra de bat a bat, va mirar cap al retall fosc del cel, una mica a l'esquerra i...era allí! L'estel de la seva mare.

I era veritat: lluia més que els altres. I de sobte, a la Júlia li va semblar que fins i tot feia com unes pampallugues, com si li piqués l'ullet.

La Júlia té un estel. És seu, només, i és la cosa que més s'estima en aquest món. És clar que, alguns dies, els núvols no l'hi deixen veure i ella es queda una mica trista, però sap que el dia següent, quan se'n vagin els núvols, l'estel –la seva mare- li picarà l'ullet abans que es fiqui al llit.

Això sí, la Júlia està nerviosa i ja voldria tenir sis anys i mig per poder parlar d'aquest secret amb el seu pare. Aleshores, tal vegada el pugui convèncer per mirar junts l'estel de la mare.

Cada nit, per la finestra de l'habitació.

Eduard José

Editorial La Galera

ACTIVITAT 3. Acolorir l'estel.

Objectiu:

- Relacionar la lectura del conte amb la vida personal de l'infant.

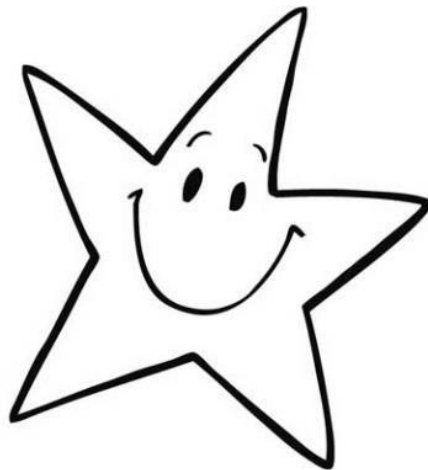
Duració: 25 minuts

Recursos necessaris: Estrela impresa per a cada alumne de l'aula

Desenvolupament: Cada xiquet tindrà una estrela per a acolorir dels colors que vulga. Aquesta estrela representarà una guia per al xiquet, de forma que si alguna vegada

necessita expressar els seus sentiments, pugui fer-ho davant de tota la classe mitjançant ella. Si alguna vegada l'infant volguera expressar les seues emocions i sentiments de forma privada, també ho podria fer contant-li a l'estrela com se sent.

Annexos:



ACTIVITAT 4. L'estel al mural.

Objectiu:

- Elaborar un procés d'aprenentatge de l'expressió oral sobre els mateixos sentiments dels xiquets.

Duració: 10 minuts.

Recursos necessaris: Paper continu.

Desenvolupament: Cada alumne apegarà en un mural la seua estrela, fent així un mural d'estrelles on els xiquets hauran de reflexionar i parlar dels seus sentiments, les

emocions que tenen o com se senten, contant-ho a tota la classe mitjançant ella (quan ells vulguen, cada dia, quan hi haja una baralla, quan passe alguna cosa en casa...).

Annexos:



ACTIVITAT 5. Els sentiments: la tristesa.

Objectiu:

- Reflexionar sobre la mort dels éssers estimats.

Duració: 20 minuts.

Recursos necessaris: Conte *La Júlia té un estel* i preguntes del docent.

Desenvolupament: Recordem el conte de la Júlia i, si cal, el tornem a llegir. Després, realitzarem una sèrie de preguntes de reflexió sobre la història per a introduir el concepte de tristesa i explicar de forma natural el procés de dol.

Annexos: PREGUNTES DEL DOCENT

- Què li ha passat a la Paula, la mare de la Júlia?
- Què li explica la Paula a la Júlia?
- L'avi de la Júlia diu que és petita i que no s'adona de res, hi estàs d'acord?
- Estàs d'acord amb la història que li explica la mare a la Júlia?
- Per què creus que la Paula, mare de la Júlia, li explica això?
- Què farà el pare quan la Júlia tinga sis anys i mig?
- Perquè serveix l'estel de la Júlia?
- Com se sentia la família de la Júlia quan la Paula se n'anà a treballar?

ACTIVITAT 6. Jo soc tu i tu eres jo.

Objectiu:

- Treballar l'empatia entre els companys.

Duració: 10 minuts.

Recursos necessaris: Imatges.

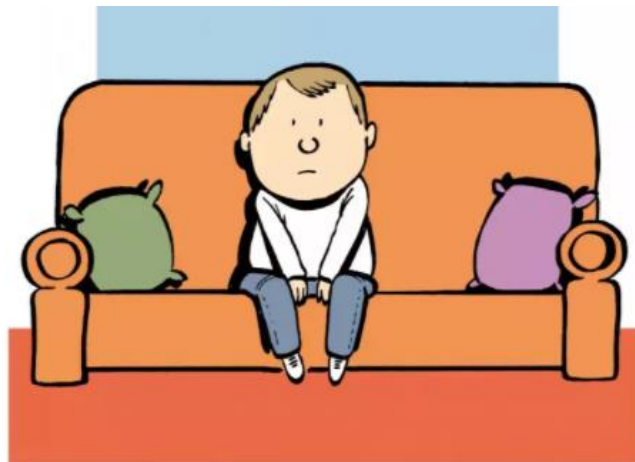
Desenvolupament: Cada alumne/a expressarà els sentiments que els suggerisca cadascuna de les imatges que s'exposen, posant-se en la seua pell: què faries? I tenint una visió des de fora: com l'ajudaries?

Annexos: Imatges

Imatge 1 (Mompeán, P., 2017)



Imatge 2 (Díaz, P., Losantos, S., & Pastor, P., 2014)



Imatge 3 (Díaz, P. i altres, 2014)



Imatge 4 (Díaz, P. i altres, 2014)



A continuació, proposarem altres activitats relacionades amb un altre conte que es podrien portar a la pràctica, el fil conductor per a la realització de les sis activitats següents serà el conte *L'illa de l'avi* de l'autor Benji Davies, concretament de l'editorial Andana.

ACTIVITAT 1. Pluja d'idees.
Objectiu:

- Conèixer les idees prèvies que té l'alumnat sobre el concepte de la mort.

Duració: 10 minuts.

Recursos necessaris: Pissarra, guix i preguntes del docent.

Desenvolupament: Es realitzarà una pluja d'idees per a identificar les idees prèvies de cada alumne, les seues creences i la seua capacitat de conceptualització, també podem entendre les seues emocions i el seu coneixement sobre el tema de la mort. Posteriorment, el docent realitzarà una sèrie de preguntes per a introduir els alumnes en el tema tractat i, posteriorment, s'apuntaran en la pissarra els aspectes més importants que diga l'alumnat.

Annexos: PREGUNTES DEL DOCENT

- Què és la mort?
 - Què és el dol?
 - Com se sent una persona que passa per un període de dol?
 - Com podríem ajudar a una persona que es troba en aquest període?
 - Com us sentiríeu si fóreu vosaltres els que passeu per aquest període?
- (Depenent de les respostes farem altres preguntes relacionades amb aquestes).

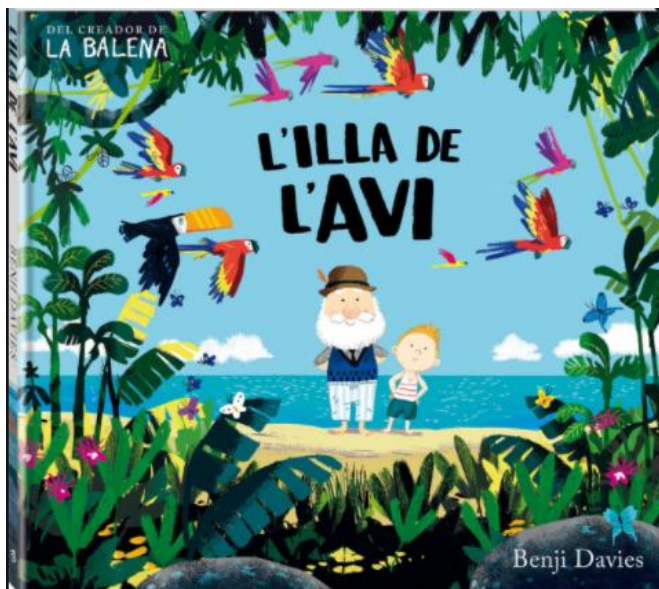
ACTIVITAT 2. La meua persona estimada.**Objectiu:**

- Introduir i treballar el concepte d'èsser estimat.

Duració: 20 minuts.**Recursos necessaris:** Fulls en blanc per a cada alumne/a i colors.**Desenvolupament:** Dibuixar-se a si mateix acompanyat d'una persona important en un lloc especial per a tots dos i acolorir el dibuix.**Annexos:** Exemple (Díaz, P. i altres, 2014)

ACTIVITAT 3. Lectura del conte *L'illa de l'avi*.**Objectiu:**

- Introduir el concepte de dol mitjançant la lectura d'un conte.

Duració: 20 minuts.**Recursos necessaris:** Conte de *L'illa de l'avi*, ordinador, internet i enllaç de Youtube i preguntes.**Desenvolupament:** Visualització del vídeo introductori sobre la lectura del conte i, posteriorment, visualització del vídeo sobre la lectura del conte tenint en compte la intensitat, la velocitat, la vocalització i la pronunciació, parant especialment atenció en la portada perquè tot el món comente els aspectes que troba interessants ací i, finalment, fer les preguntes després de la lectura.**Annexos:** Enllaç introductori: <https://www.youtube.com/watch?v=DNDajEHqXk4>Enllaç lectura del conte: <https://www.youtube.com/watch?v=4Lyy--SZCp8>

ACTIVITAT 4. Els sentiments.

Objectiu:

- Reflexionar sobre la mort dels éssers estimats.

Duració: 20 minuts.

Recursos necessaris: Conte *L'illa de l'avi* i preguntes del docent.

Desenvolupament: Recordem el conte de *L'illa de l'avi* i, si cal, el tornem a llegir. Després, realitzarem una sèrie de preguntes de reflexió sobre la història per a introduir i explicar de forma natural el procés de dol.

Al final de la sessió, recordarem els alumnes que el pròxim dia porten a classe un objecte important que caracteritzi a la seua persona estimada.

Annexos: PREGUNTES DEL DOCENT

- Algú podria explicar-nos, amb les seues pròpies paraules, de què tracta la història?
- Per què creuen que l'Avi va decidir quedar-se a l'illa?
- Com es pot explicar el que, l'endemà del comiat de Simón amb el seu Avi, la porta de metall ja no haja estat en l'àtic de la casa de l'ancià?
- Des d'on va enviar el dibuix l'Avi?
- Què representa aquell lloc?

ACTIVITAT 5. Exposició: La meua persona estimada.**Objectiu:**

- Expressar oralment els sentiments i emocions davant altres persones.

Duració: 30 minuts.**Recursos necessaris:** Material simbòlic per a cada alumne i duga a classe.

Desenvolupament: Els infants hauran portat a classe un objecte o una cosa característica de la seua persona estimada que van dibuixar en l'altra sessió i ordenadament eixiran els xiquets a explicar per què han elegit aquest objecte.

Annexos: Exemple (DutchScenery, 2019)

ACTIVITAT 6. Racó de la persona estimada.
Objectiu: - Representar la importància de tindre present la persona estimada.
Duració: 10 minuts.
Recursos necessaris: Racó lliure a la classe.
Desenvolupament: Cada xiquet atorgarà un espai concret destinat al seu dibuix i l'objecte de la seua persona estimada per a posar en el racó destinat a això.
Annexos:

L'elecció d'aquests contes ha sigut guiada pel meu director de TFG, ja que me'ls va recomanar i, posteriorment, me'ls vaig llegir. Considerem que aquests contes tracten aspectes importants per a treballar amb l'alumnat d'aquesta etapa educativa. A més a més, són contes molt accessibles que tot el món pot aconseguir i és una bona forma d'introduir a l'Infant en un aspecte molt important de la realitat de la vida; a banda de considerar que és un tema que s'ha d'incloure i tractar en la nostra societat com a qualsevol altre.

Com podem veure, aquest recurs és molt variat i didàctic, ja que d'aquesta temàtica existeix una gran varietat de contes que tracten d'una manera natural el concepte de mort i ajuda a elaborar el procés del dol. A banda, hem de tindre sempre present que hi ha distinció de contes respecte a l'edat recomanada de cada llibre de lectura, depenent de l'edat cognitiva i física de l'infant s'adequarà més una lectura que una altra; sempre intentant buscar un aprenentatge significatiu.

D'altra banda, i atenent la realitat del nostre sistema educatiu, hem considerat oportuna i, naturalment, inqüestionable, la necessitat d'oferir diferents referències o material plurilingüe al voltant d'aquest tema. Alguns dels exemples que podem utilitzar com a material en un futur treball o una línia d'investigació futura són contes com, per exemple, *Siempre* d'Ana Galán i Marta Sedano de l'editorial Bruño per a infants a partir de 3 anys. Un altre llibre adequat a la mateixa edat seria *Adeu, àvia*, un llibre d'autoajuda i superació per a xiquets a partir de 3 anys de Mieke Van Hooft, editorial ING Edicions; aquest llibre també el podem trobar en castellà amb el títol: *Adiós abuela* o *Cuerpo de nube* d'Ana Álvarez i Mónica Carretero, de l'editorial Cuento de Luz. Per últim, dins d'aquesta franja d'edat, és a dir, a partir de 3 anys, proposem *Cuando a Vaca se le posó Mariposa en la nariz* de l'autora Susana Rico, editorial Idampa, un llibre que tracta de la pèrdua i del dol.

La següent franja depenent de l'edat del xiquet és a partir de 4 anys, ací trobem *El árbol de los recuerdos* de Britta Teckentrup, editorial Nubeocho i *El hilo invisible* de les autores Miriam Tirado i Marta Moreno, de l'editorial B de Blok.

Per a xiquets a partir de 5 anys proposem treballar *El pato y la muerte* de Wolf Erlbruch, editorial Bárbara Fiore Editora i l'obra de Hellando i Schneider titulada *Soy la muerte*. I a partir de 7 anys està *Para siempre* de Camino García i Marco Recuero.

A més a més, *El Joan ha mort* d'Itziar Fernández Hurtado és un conte i guia per acompanyar els nens i els adolescents en el dol i la comprensió de la mort de l'editorial Pagès editors.

Respecte a l'avaluació de totes aquestes activitats serà mitjançant observació directa, ja que l'objectiu d'aquestes propostes d'activitats és ajudar els alumnes a elaborar un procés de

dol correcte i adequat i utilitzant una rúbrica amb la qual podrem comprovar si els aspectes que hem treballat els han assimilats.

No obstant això, malgrat que, com hem dit ens basarem amb l'observació directa, hem considerat oportú elaborar una succinta rúbrica per ajudar-nos en aquest procés avaluador i que presentem tot seguit:

Rúbrica

Alumne/a:	Aconseguit	En procés
Comenta i expressa els seus sentiments durant les activitats.		
Sap identificar quan una persona ha perdut a una persona important per a ella.		
Valora les persones que té al seu costat i són importants per a ell.		
Intueix el significat del concepte del dol.		
Identifica quan una persona necessita la seua ajuda després de la mort d'una persona estimada.		
Sap intuir que una persona es troba en el procés de dol.		
Acceptaria o tindria una percepció favorable a l'ajuda necessària en un procés de dol.		

6. Conclusions

Una gemma no es poleix sense fricció, ni un home es perfecciona sense proves.

Proverbi xinés

Com pot comprovar el lector, després de la lectura de la nostra proposta, aquest treball ha sorgit de la necessitat d'acompanyar, entendre i ajudar els xiquets a elaborar un procés de dol adequat i tractar de manera correcta la pèrdua d'un ésser estimat per a ells. A més a més, naix dels sentiments i la situació actual d'inquietud i novetat del món sencer originat per l'elevada quantitat de morts que hi ha hagut a causa del coronavirus SARS-CoV-2.

També hi ha una intenció de començar a tractar aquest tema com a qualsevol altre, ja que a la nostra societat ens costa parlar-hi i quan es parla, la situació és incòmoda. Com a societat hem de comprendre que aquest procés és un dels més importants de la vida i que tothom passarà per ell perquè és una etapa més del cicle vital. Per aquesta raó, s'hi ha de treballar d'alguna manera amb els infants i, també, nosaltres com a adults. Tot això, amb la finalitat que, quan arribe el moment d'afrontar una pèrdua, la persona tinga estratègies per superar-la de la millor i correcta manera possible.

Una consideració a tindre en compte a l'hora d'utilitzar aquestes activitats, és la necessitat d'ajuda per part d'un adult, en aquest cas un mediador, per a realitzar les activitats com a acompanyant i suport per al xiquet.

Les activitats que es presenten en la proposta didàctica d'aquest Treball Final de Grau són recursos per a adults, famílies o mestres, per tal de crear un aprenentatge en el xiquet i proporcionar una sèrie de pautes a tindre en compte pel mediador.

Finalment i a tall de conclusió, i perquè el lector complete el cicle de lectura d'aquest TFG, hem considerat oportú, reprendre els objectius inicials i revisar quin ha estat el grau de consecució d'aquests doncs entenem que, la millor conclusió possible, passar per indagar si, el que ens havíem proposat inicialment, ha estat dut a terme, siga totalment o si es troba en procés.

Consegüentment, tot seguit recuperarem i comentarem les conclusions dels objectius i comprovarem si s'han aconseguit, elaborant així unes conclusions sobre aquesta proposta didàctica.

Si fem memòria, l'objectiu general d'aquest treball era revisar el tractament del dol mitjançant el plantejament d'una proposta d'activitats que ajuden l'alumnat de segon cicle d'Educació Infantil a través de contes, i l'hem aconseguit mitjançant objectius específics. Un d'ells ha sigut recollir informació sobre el concepte del dol i el seu procés en els infants, és important conèixer i analitzar cada una de les informacions que han dit els investigadors i estudiosos, plasmades en el marc teòric, sobre aquest tema. A més a més, podem dir que portar a la pràctica aquest TFG està curricularment aprovat, ja que hem assolit un altre objectiu que és investigar el tractament del tema de la mort i el dol en el sistema educatiu i la seua repercussió, aquest objectiu el trobem treballant les emocions i estudiant la psicologia infantil. En proporcionar recursos i activitats que servisquen per a treballar el correcte tractament del procés del dol d'una forma el més natural possible a la nostra proposta didàctica hem aconseguit assolir un altre dels objectius específics. En relació amb aquest objectiu específic trobaríem l'objectiu de crear un ambient adequat per a l'alumnat per tal de parlar de manera oberta del tema de la mort i tinguen llibertat per a compartir les seues inquietuds amb els companys i el professorat.

La mentida és el primer pas per a la desconfiança, i mentir els xiquets amb les afirmacions sobre la mort, pot provocar incomprensió i confusió en aquests. Per aquest motiu, és necessari explicar de manera sincera i oberta als infants qualsevol tema relatiu a la mort. Aquesta situació es veu reflectida en els xiquets quan realitzen preguntes com: quan tornarà l'avi? Està al cel? Podré parlar amb ell? Se n'ha anat de viatge?

Tractar aquesta situació és difícil per als adults, però també per als infants, per aquesta raó hem d'explicar la situació, dir la veritat i respondre de la forma més natural possible a totes aquestes preguntes que ens fan.

Com hem exposat al marc teòric, quan es produeix la pèrdua d'un ser estimat, la resposta de cada xiquet pot variar segons l'educació, la personalitat i la maduresa d'aquest. En aquest moment, es torna necessari comprovar el nivell de comprensió del xiquet cap a la situació en la qual es troba per a observar i analitzar la manera més adequada de tractar el tema.

Com a conseqüència de la conclusió extreta anteriorment, no tots els xiquets comprenen i accepten amb la mateixa velocitat aquests conceptes. Cada xiquet té un ritme diferent de comprensió que ha de ser entès per l'adult i tingut en compte a l'hora d'ensenyar i educar sobre la mort i el tractament del dol.

Com hem dit anteriorment, aquest Treball Final de Grau pot servir per a futures línies d'investigació relacionades amb el tractament del dol, la mort o l'elaboració d'un procés correcte de dol, per exemple, ja que en finalitzar la proposta didàctica hem suggerit i recomanat altres títols del mateix recurs per tal de realitzar unes altres investigacions, treballs o articles. Una de les línies d'investigació seria com tractar la mort en l'alumnat del primer cicle d'Educació Infantil, així com, com tractar la mort en l'alumnat de segon cicle d'Educació Infantil. Un altre estudi que es podria realitzar per a redactar un Treball Final de Grau o de Màster podria ser

revisar el tractament del dol mitjançant el plantejament d'una proposta d'activitat que ajuden l'alumnat de segon cicle d'Educació Infantil a través de cançons o realitzar en el mateix plantejament, però proposant activitats per al primer cicle d'Educació Infantil, també mitjançant cançons.

Respecte a la nostra aportació, a aquest TFG ha intentat donar-li informació al lector sobre el concepte del dol definit pels diversos autors i explicar cada una de les fases i etapes per les quals hauria de passar un infant en el seu procés d'elaboració del dol, elaborant una sèrie d'activitats adequades al nivell de l'alumnat treballant aquesta temàtica.

Humilment, considerem el nostre treball com a innovador, ja que hem intentat aportar una nova forma de tractar les emocions dins d'un tema d'actualitat, fent que a la nostra societat es tracte com a qualsevol altre tema i li donem la importància que realment té.

L'aspecte més important que podem extraure d'aquesta redacció és el valor moral que hem desenvolupat durant tot el treball, ja que hem assenyalat la importància de treballar el tractament del dol i l'elaboració del procés del dol per als infants treballant aquesta temàtica i poder incloure'l a la nostra societat com a qualsevol altre tema i no com a un tema difícil d'afrontar i parlar.

Considerem imprescindible aquesta formació i suggeriments, per una banda, a qualsevol persona amb la finalitat d'afrontar la pèrdua d'una persona estimada i, per altra, que ajude a l'adult o mestre a explicar als infants una situació que en algun moment arribarà a la nostra vida.

7. Referències Bibliogràfiques

“El pesar ocult, com un forn tancat, crema el cor fins a reduir-lo en cendres.”

William Shakespeare (1564 - 1616)

Álvarez, R. R. (2015). *El proceso de duelo en la escuela. Prevención, evaluación e intervención*. Padres Y Maestros/Journal of Parents and Teachers, (363), 46-52.

Andana Editorial. (19 d'octubre del 2015). *La isla del abuelo, Benji Davies*. [Vídeo]
<https://www.youtube.com/watch?v=DNDajEHqXk4>

Bisquerra Alzina, R. (2009). *Psicopedagogia de las emociones*. Madrid: Síntesis.

Bisquerra Alzina, R. (2011). *Educación emocional y bienestar*. (6ª ed.) Madrid: Wolters-Kluwer.

Bisquerra Alzina, R., & Escoda, N. P. (2012). *Educación emocional: Estrategias para su puesta en práctica*. Avances En Supervisión Educativa, (16)

Bowlby, J. (1986). *Vínculos afectivos*. Madrid: Morata.

Bowlby, J. (1997). *El apego y la pérdida: La pérdida*.

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

Bucay, J. M. (2020). *El camino de las lágrimas*. VINTAGE ESPAÑOL.

Cabodevilla, I. (2007). *Las pérdidas y sus duelos loss and mourning*.

Cortés, R. A. (2011). *Duelo y alexitimía*.

Cortina, M & col·laboradors (2018) *Guia i orientacions per a l'atenció al dol des dels centres educatius*. Conselleria d'Educació, Cultura i Esport, Educació i Formació Professional.

Decret 38/2008 [Conselleria d'Educació] pel qual s'establix el currículum del segon cicle de l'Educació Infantil a la Comunitat Valenciana. 3 d'abril del 2008.

de la Herrán Gascón, Agustín, Selva, M. C., & Sánchez, I. G. (2006). *La muerte y su didáctica: Manual para educación infantil, primaria y secundaria*. Universitas.

de Miguel, P. M. (2004). *Reseña de " El tratamiento del duelo: asesoramiento psicológico y terapia" de J. EILIAM WORDEN*. Clínica y Salud, 15(3), 401-403.

de Pablo Rabassó, J., Lobo Satué, A., & Valdés Miyar, M. (2016). *Psiquiatría psicosomática*. Farreras Rozman. Medicina Interna (Decimotava edición ed., pp. 1526-1530).

Díaz, I. (2004). *I ara, on és? com ajudar els nens i els adolescents a entendre la mort*.

Díaz, P., Losantos, S., & Pastor, P. (2014). *Guía de duelo adulto para profesionales socio-sanitarios*. Fundación Mario Losantos del Campo.

Didacterion: Utilidades para el desarrollo de contenidos educativos interactivos. *Diccionario latín-español*. [Lloc a Internet]. Visitat el 25 de març de 2021.
<https://www.didacterion.com/esddl.php>

DutchScenery, (4 d'octubre del 2019). *Cara de reloj antiguo con números romanos*. iStock.
<https://www.istockphoto.com/es/foto/cara-de-reloj-antiguo-con-n%C3%BAmeros-romanos-gm1178575233-329467195>

Esquerda, M., & Agustí, A. M. (2010). *El nen i la mort. acompanyar els infants i adolescents en la pèrdua d'una persona estimada*. Lleida: Pagès Editors.

- Esquerda, M., & Gilart C. (2015). *El dol dels nens*. Bioètica & debat: tribuna oberta de l'Institut Borja de Bioètica, 21(76), 17-21.
- Fernández-Berrocal, P., & Pacheco, N. E. (2002). *La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela*. Revista Iberoamericana De Educación, 29(1), 1-6.
- Frankl, V. (2004). *El hombre en busca de sentido*, 9-157.
- Frankl, V. (2012). *Fundamentos y aplicaciones de la logoterapia*. Herder Editorial.
- Freud, S. (1917). *Duelo y melancolía*. Obras Completas, 14, 235-255.
- García-Alandete, J., Gallego-Pérez, J. F., & Pérez-Delgado, E. (2009). *Sentido de la vida y desesperanza: Un estudio empírico*. Universitas Psychologica, 8(2), 447-454.
- Goleman, D. (1996). *La práctica de la inteligencia emocional*. Editorial Kairós.
- Goleman, D., & Cherniss, C. (2013). *Inteligencia emocional en el trabajo: cómo seleccionar y mejorar la inteligencia emocional en individuos, grupos y organizaciones*. Editorial Kairós.
- Kaplan, H. I., Sadock, B. J., Sadock, V. A., & Ruiz, P. (2015). *Sinopsis de psiquiatría: ciencias de la conducta*. Wolters Kluwer España, SA.
- Kroen, W. C., & Espeland, P. (2002). *Helping children cope with the loss of a loved one. cómo ayudar a los niños a afrontar la pérdida de un ser querido: Un manual para adultos*.
- Kübler-Ross, E., & Alcover, A. (1992). *Los niños y la muerte*. Barcelona: Luciérnaga.
- Kübler-Ross, E., Wessler, S., & Avioli, L. V. (1972). *On death and dying*. *Jama*, 221(2), 174-179.

- Lazarus, R. S. (1991). *Cognition and motivation in emotion*. *American Psychologist*, 46(4), 352.
- Ledesma, R. I. G., Cabrera, A. M., & Torres, L. S. (2010). *Pérdida y duelo infantil: Una visión constructivista narrativa*. *Alternativas En Psicología*, 15(23), 58-67.
- L' hora dels contes. (29 de març del 2020) *L' illa de l' avi*. [Vídeo]
<https://www.youtube.com/watch?v=4Lyy--SZCp8>
- Libros Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Editorial Síntesis
- Fernández-Vidal, S. (2011). *La puerta de los 3 cerrojos*. Barcelona: Narrativa Singular
- Ginberg, J. (1994). *El Yo como idea*.
- Lukas, E. S., Frankl, V. E., & Navarro, E. R. (1983). *Tu vida tiene sentido: Logoterapia y salud mental*. SM.
- Mompeán Franco, P. (2017). *¿Qué pasa cuando se muere alguien a quien quiero?: guía sobre el duelo por un ser querido para adultos con discapacidad intelectual y del desarrollo*.
- Moneta C, M. E. (2014). *Apego y pérdida: Redescubriendo a John Bowlby*. *Revista Chilena De Pediatría*, 85, 265-268.
- Noblejas de la Flor, M. Á. (2002). *Logoterapia: fundamentos, principios y aplicación una experiencia de evaluación del Logro Interior de Sentido*. Universidad Complutense de Madrid, Servicio de Publicaciones.
- Pelegri Moya, M., & Romeu Figuerola, M. (2011). *El duelo, más allá del dolor*. Desde El Jardín De Freud-Revista De Psicoanálisis.
- Real Academia Española. *Duelo*. *Diccionario de la lengua española*, 23.^a ed., [versió 23.4 en línia]. <https://dle.rae.es/duelo> [4 d' abril del 2021].

- Rojas, S. (2008). *El manejo del duelo. Una nueva propuesta para un nuevo comienzo*. Bogota: Editorial Norma SA.
- Rubio, J. L., & Puig, G. (2011). *Manual de resiliencia aplicada*, 1-286.
- Sirlopú, D. (2001). *Consideraciones sobre el aporte de Viktor E. Frankl a la psicología y la psicoterapia*. *Revista De Neuro-Psiquiatría*, 64(2), 147-155.
- Vicens, M. (8 de maig del 2020) *Booktrailer: "La Júlia té un estel"*. [Vídeo]
<https://www.youtube.com/watch?v=HOIDJRKGmwE&t=4s>
- Vilaltella, J. T. (2007). *Bowlby: vínculo, apego y pérdida*. Carencia Afectiva.
- Worden, J. W. (1982). *El tratamiento del duelo: Asesoramiento psicológico y terapia*.
- Worden, J. W., Aparicio, Á, & Barberán, G. S. (2013). *El tratamiento del duelo: Asesoramiento psicológico y terapia*. Barcelona: Paidós.
- Zazo, S. (8 d'abril del 2021). *Duelo, duelo patológico, duelo complicado. Tareas para afrontar el proceso de duelo*. Psicoterapeutas.com
<http://www.psicoterapeutas.com/paginaspersonales/susana/duelo.html>