

PROCOLOS AVE

5º. GESTIÓN DEL DUELO EN LOS CENTROS DOCENTES

La pérdida cercana de un alumno o alumna, de un profesor o profesora o de un familiar directo genera un proceso de duelo que puede afectar a los miembros de la comunidad educativa, causando un gran impacto emocional, y puede interferir en la vida del centro, requiriendo la intervención psico-educativa que permita canalizar y abordar las emociones y sentimientos que afloran en los alumnos y permitir un “duelo normal”.

Este protocolo tiene por objeto prestar ayuda a los centros educativos para que den una respuesta adecuada a los alumnos y alumnas que sufren de forma significativa la pérdida de personas queridas.

Fase de detección

Puede ocurrir que la situación sea previsible, como consecuencia de enfermedad, o que suceda de manera inesperada.

Previo a la determinación de la intervención habrá que valorar el impacto de la misma y de la pérdida en el alumnado. Para ello, tras la comunicación con la familia, se deberá determinar la idoneidad de la intervención.

Fase de intervención

Actuaciones comunes con la comunidad educativa

- Acoger y escuchar nuestros propios sentimientos, compartirlos con nuestras compañeras y compañeros.

Actuaciones con el alumno o alumna que sufre la pérdida

- Acoger las emociones y sus expresiones: dejarles llorar.
- Escuchar y acompañar al alumno o alumna que sufre la pérdida.
- Se puede pedir ayuda a personas expertas, aunque su ayuda debe ser indirecta. Es mejor utilizar los recursos ordinarios del centro y contar entre estos con los profesores o profesoras más cercanos al alumnado.
- Pensar en formas de “despedida” dentro del grupo clase; sugerir, con el alumnado de mayor edad, que ellos hagan propuestas (escribir una carta, comprar flores y llevarlas al cementerio o al funeral, plantar un árbol de recuerdo en un sitio sugerente, escribir los sentimientos que se tienen para uno mismo, realizar un minuto de silencio, etc.).
- Volver cuanto antes a los ritmos normales, aunque esto no quiere decir que debamos actuar precipitadamente o con frialdad. Lo más probable es que la normalidad no tenga, de momento, fecha de llegada.
- Es necesario tener en cuenta que las capacidades emocionales de las personas se concretan de formas diferentes en los distintos sujetos.
- Comunicación abierta y flexible que ayude a expresar emociones y sentimientos, también los nuestros.
- Reconducir la conversación hacia experiencias positivas compartidas con la persona fallecida.

- Los primeros días, hablar cuanto sea necesario. Hablar de la muerte con ternura y claridad.
- Tener en cuenta que no todas las personas van a vivir la pérdida de igual forma, ni todos tienen la misma capacidad de recuperación.
- En caso de pérdida de un familiar cercano con grave sufrimiento para el alumno o alumna, si este cambia de centro, o de docentes dentro del mismo, es necesario llevar a cabo un seguimiento prolongado. En estos supuestos, conviene transmitir al equipo receptor la información obtenida de este seguimiento.
- Con frecuencia afloran sentimientos de culpa por lo que hicieron o dejaron de hacer con la persona fallecida; se puede llegar, incluso, a la negación de la realidad, al bloqueo, etc. Un apoyo y una escucha adecuados permitirán poner en su sitio estas sensaciones y recuperar la normalidad.
- En casos de adolescentes, procurar que no se hagan daño, especialmente cuando el dolor se manifiesta como ira.
- Es importante que se sienta apoyado por el personal del centro educativo.

Actuaciones con los compañeros

- Fomentar espacios de comunicación. Facilitar lugares y momentos, dejar silencios largos si así lo desean los alumnos y las alumnas. A veces salir del aula puede ayudar: sentarse en el patio, en espacios abiertos,... En otros casos el aula será el mejor lugar.

Actuaciones con el profesorado

- Es recomendable que los miembros de la comunidad educativa participen de los rituales propios tras el fallecimiento de alguno de los alumnos o alumnas o de alguien muy allegado a ellos, acompañando a sus familias o compañeros y compañeras.
- Es importante que el alumnado afectado por la pérdida sientan el apoyo y la cercanía de sus profesores y profesoras.
- Suspender, en señal de duelo, cualquier acto extraordinario que tuviera programado el centro si éste coincidiera con la muerte de un miembro del alumnado o del profesorado.
- Priorizar contenidos educativos implicados en el caso y fomentar, más que nunca si cabe, valores de solidaridad y apoyo entre el alumnado: salud, educación vial, prevención de conductas de riesgo, apoyo incondicional a las demás personas.
- Una situación de pérdida en un aula puede crear un entorno propicio para construir sentimientos de solidaridad y contribuir al desarrollo de aprendizajes vitales.

Actuaciones con las familias

- Coordinarnos con las familias y procurar que todas las versiones de los hechos que reciben los niños tengan coherencia.
- Es importante escuchar a las familias y explicarles las medidas que vamos a llevar a cabo con los alumnos o alumnas.

Fase de seguimiento

Una vez pasados los primeros momentos, es necesario llevar a cabo un seguimiento del alumnado, sacar el tema en el sistema de entrevistas que se tenga establecido en el Plan de Acción Tutorial y observar la evolución de los chicos y chicas.

Si tras el periodo de duelo normalizado se observan indicios persistentes que indiquen la probabilidad de un duelo complicado, será necesario planificar una

actuación específica con el alumno afectado y en su caso derivar a profesional especializado.

Glosario

- **Duelo:** Es el nombre del proceso psicológico, por la pérdida de un ser querido, que además de tener componentes emocionales, también los tiene fisiológicos y sociales. La intensidad y duración de este proceso y de sus correlatos serán proporcionales a la dimensión y significado de la pérdida.
- **Duelo Normal:** Es el amplio rango de sentimientos y conductas que son normales después de una pérdida. Estos son muy amplios, variados y abarcan: sentimientos, efectos físicos, pensamientos, distorsiones cognitivas y conductas. El duelo no es una enfermedad pero puede convertirse en ella, si su elaboración no es correcta. Es por tanto, un proceso natural en la persona, no un estado y como tal debe tener su inicio y su final.
- **Duelo complicado:** En ocasiones se produce una intensificación del duelo llegando a un nivel en el que la persona está desbordada. Puede haber un bloqueo emocional con una negación de la realidad, recurrir a conductas des-adaptativas, e incluso permanecer inacabablemente en este estado sin avanzar en el proceso de duelo hacia su resolución. Nos encontramos entonces ante un duelo bloqueado, complicado o patológico.

Anexo I - Pautas de actuación para la Etapa de Secundaria

- Cuando se vaya a dar la noticia a un grupo, es importante la presencia de más de un docente en el aula, especialmente cuando la muerte es inesperada, repentina o violenta.
- Dedicar tiempo a conversar y a que preparen los homenajes que consideren.
- Sugerirles que es un momento propicio para que los amigos se apoyen.
- Ser paciente y capaz de acoger con naturalidad las emociones de los adolescentes. No censurar la manifestación de las emociones y proteger al alumnado si el dolor se transforma en ira y aparecen conductas lesivas.
- En la medida de lo posible, volver a la normalidad. Es recomendable considerar dentro de la normalidad la existencia de ritos relacionados con la muerte o la participación en funerales, cremaciones, etc.
- Adoptar la actitud de escucha, apoyo y acompañamiento.

Anexo II – Criterios para valorar riesgo de duelo complicado

- Llorar en exceso durante periodos prolongados.
- Apatía e inestabilidad.
- Pérdida de interés por los amigos o actividades que le resultaban agradables durante un periodo prolongado.
- Pesadillas y problemas de sueño frecuentes.
- Frecuentes dolores de cabeza, solos o acompañados de otras dolencias físicas.
- Imitación excesiva de la persona fallecida y expresiones repetidas del deseo de reencontrarse con él o ella.
- Cambios importantes en el rendimiento escolar o no quiere ir al centro.

- Si tras evaluar al alumno o alumna observamos criterios suficientes para considerar que existe riesgo de Duelo complicado, sería necesaria la intervención directa con el menor.