

# DISEÑO DE UN PROGRAMA FORMATIVO DE LA COMPETENCIA EMOCIONAL INFANTIL EN EL ÁMBITO DE LA PEDAGOGÍA DE LA MUERTE

DESIGN OF A TRAINING PROGRAM FOR CHILDREN'S EMOTIONAL  
COMPETENCE IN THE FIELD OF PEDAGOGY OF DEATH

TRABAJO FIN DE GRADO

Diseño de propuesta formativa



Facultad de Ciencias de la Educación  
Grado en Pedagogía

Tutor: Bernal Guerrero Antonio  
Autor: Martínez Fernández Pilar

## ÍNDICE

1. Resumen.....	3
2. Introducción.....	4
3. Justificación .....	5
4. Fundamentación teórica .....	6
4.1. La muerte y la sociedad actual.....	6
4.2. Antecedentes.....	7
4.3. El duelo en la sociedad de hoy.....	8
4.4. La Pedagogía de la Muerte.....	9
4.5. Evolución.....	10
4.6. El desarrollo socioafectivo y la inteligencia emocional. ....	11
4.6.1. Autoestima .....	13
4.6.2. Ansiedad.....	14
4.6.3. Autocontrol .....	14
4.6.4. Lenguaje expresivo.....	14
4.6.5. Interacción con los demás .....	15
4.6.6. Autorregulación emocional .....	15
4.7. Formación del profesorado en Pedagogía de la Muerte. ....	15
4.8. Otras investigaciones.....	16
4.9. Programas existentes.....	17
4.9.1. Recursos. ....	18
5. Objetivos. ....	20
6. Metodología .....	20
6.1. Destinatario/s .....	21
6.2. Instrumento/s de investigación.....	21
6.3. Análisis de la información .....	24
7. Diseño del programa .....	30
7.1. Introducción.....	30
7.2. Justificación .....	30
7.3. Objetivos .....	31
7.4. Materiales.....	32
7.5. Temporalización .....	32
7.6. Metodología .....	32
7.7. Desarrollo de las sesiones.....	33
8. Conclusiones .....	38
Referencias bibliográficas.....	40

<b>Anexos</b> .....	43
---------------------	----

# **DISEÑO DE UN PROGRAMA FORMATIVO DE LA COMPETENCIA EMOCIONAL INFANTIL EN EL ÁMBITO DE LA PEDAGOGÍA DE LA MUERTE**

## **DESIGN OF A TRAINING PROGRAM FOR CHILDREN'S EMOTIONAL COMPETENCE IN THE FIELD OF PEDAGOGY OF DEATH**

### **1. Resumen**

La muerte resulta ser en la actualidad un tema vetado o tabú en el marco de una sociedad que parece rehuir su afrontamiento. En este contexto, la pedagogía de la muerte aflora tratando de ofrecer recursos que ayuden a comprender y afrontar el hecho de la muerte como trance necesario, facilitando un adecuado desarrollo competencial desde edades tempranas.

En este sentido, la finalidad principal de este TFG es diseñar un programa formativo de la competencia emocional para el nivel de educación primaria. Se ha procedido a la realización de entrevistas semiestructuradas, así como a una revisión de la literatura existente, considerando algunos programas existentes, para la fundamentación del diseño de nuestro programa.

Por ello, este programa cuenta con diferentes contenidos en referencia a la competencia emocional en el ámbito de la pedagogía de la muerte, así como actividades que pretenden lograr los diferentes objetivos enfocados en el manejo y comprensión emocional en situaciones problemáticas sobre todo en lo referente al proceso de duelo en base a las necesidades detectadas mediante la recogida de datos a sujetos reales y basándonos en la bibliografía específica. Con una metodología activa y participativa, siendo un programa pedagógicamente formativo a la altura de la investigación previa, preparado para ser implantado en las aulas.

### **Palabras claves**

Pedagogía de la muerte, competencia emocional, duelo, desarrollo emocional

### **Abstract**

Death turns out to be a vetoed or taboo subject in the framework of a society that seems to shy away from facing hard situations. In this context, the pedagogy of death emerges trying to offer resources that help to understand and face the fact of death as a necessary trance, facilitating an adequate competence development from an early age.

In this sense, the main purpose of this TFG is to design a training program of emotional skills for elementary education level. Semi-structured interviews were conducted, as well as a review of the existing literature, considering some existing programs, for the substantiation of the design of this program.

Therefore, this program has different contents in reference to emotional competences in the field of death pedagogy, as well as activities designed to achieve the different aims focused on emotional management and understanding in problematic situations, especially in those related to the grieving process based on the needs detected by collecting data from real people and based on specific literature. All the above with an active and participatory methodology, being a pedagogically formative program at the height of previous research, prepared to be implemented in the classroom.

### **key words**

Pedagogy of death, emotional competence, duel, emotional development

## **2. Introducción**

La niñez es una etapa clave para el aprendizaje. Las emociones y los sentimientos que se viven en edades tempranas tienen un papel primordial, ya que, adecuadamente gestionadas, ayudarán a construir el bienestar personal y una vida saludable. Por el contrario, un desconocimiento o mala gestión emocional pueden ser puertas abiertas a problemas futuros. Las pérdidas y, con ellas, el duelo, pueden devenir en sentimientos negativos que llegan a paralizar, obstaculizar o bien distorsionar un equilibrado y saludable desarrollo de la persona. Hoy en día vivimos en una sociedad inmersa en el desconocimiento o encubrimiento del tema de la muerte, viéndola a menudo como un tema tabú. Consecuentemente, hay niños que no consiguen la competencia emocional necesaria para paliar o prevenir el sufrimiento que la muerte de un ser querido provoca en la gran mayoría de los casos. Comenzando por la familia, siendo éste el contexto más cercano al niño, y continuando por el centro educativo, se pretende dar respuesta pedagógica proporcionando atención específica a las diferentes emociones relacionadas. La educación, especialmente emocional, es inequívocamente una vía importante de afrontamiento.

Desarrollamos en este Trabajo de Fin de Grado un programa formativo de la competencia emocional en el ámbito de la pedagogía de la muerte, destinado tanto a sensibilizar como a ofrecer técnicas o estrategias de afrontamiento de la muerte y el duelo, vinculado de manera directa con la educación emocional, dirigido a niños de la primera etapa de Educación Primaria con la finalidad de llevar este proceso inevitable de duelo de la mejor manera posible. Hemos llevado a cabo una revisión de la literatura científica y una exploración, mediante entrevistas, con diferentes sujetos, para la fundamentación y la elaboración del diseño del programa.

Una vez realizadas las entrevistas a los tres sujetos y analizadas sus respuestas, hemos diseñado un Programa de Intervención compuesto por diversas actividades pedagógicas divididas en bloques, para contribuir al conocimiento, la sensibilización y el aprendizaje y afrontamiento del duelo por la muerte de un ser querido a través del trabajo de las diferentes emociones y sentimientos.

El desarrollo de programas de este tipo resulta pertinente en la sociedad actual ya que, en no pocas ocasiones, carecemos de las estrategias o herramientas necesarias para el afrontamiento formativo de los procesos de duelo. Éste es el sentido de la actual pedagogía de la muerte. Además, resulta importante que la comunidad educativa, en general, así como las diferentes familias implicadas, cooperen en estas propuestas innovadoras que requerirán, en cualquier caso, mayor análisis, experimentación y evaluación.

### **3. Justificación**

La presente investigación se enfocará en la pedagogía de la muerte trabajada a través del desarrollo de la competencia emocional. Nos resulta personalmente de gran interés en una sociedad occidental donde la pedagogía de la muerte para afrontar el duelo, resulta un ámbito poco tratado. Nuestra finalidad consiste en conocer dicho ámbito educativo con una perspectiva final, de manera profesional. Siendo un tema atractivo a la vez que tabú en nuestra cultura, donde esto sigue viéndose como algo tan doloroso que no se es capaz de afrontar en muchos de los casos reflejados en la población sobre todo infantil y juvenil. Desde la pedagogía se podría facilitar el afrontamiento del duelo en la infancia, mediante el desarrollo de algunas competencias específicas, contempladas en el Trabajo, ya que el graduado en pedagogía se convierte en un especialista en procesos educativos en diversos ámbitos, a la vez que conocedor de los procesos de desarrollo tanto profesional, social como cultural que convergen a lo largo de la vida de las personas. El pedagogo es capaz de identificar una problemática y, a su vez, buscar una solución a través de la elaboración de programas formativos para solucionar o prevenir el problema en cuestión, comprendiendo los referentes históricos, culturales y ambientales que conforman las situaciones a tratar. En definitiva, se trata de cubrir necesidades, en este caso sociales y personales que puedan provocar en el individuo malestar o ambigüedad en su persona.

La educación emocional es importante para el control y la regulación de las emociones para no dejarse llevar solo por impulsos emocionales que puedan traer consecuencias

negativas a nivel tanto personal como social. Una persona que se sienta segura emocionalmente sentirá bienestar y estabilidad, elemento importante para la prevención de futuras eventualidades problemáticas. Estar educado emocionalmente supone ser capaz de generar y experimentar emociones positivas, reconocer las propias emociones y las de los demás para actuar positivamente ante las distintas situaciones. Para abordar la dimensión socio-emocional es necesario despertar la conciencia sobre la consideración de la competencia emocional como un elemento sobresaliente entre los factores que intervienen en el ajuste personal de un niño (Dueñas-Buey, 2022).

Se podría decir que, bajo nuestro punto de vista, como futuros pedagogos, éste es un tema de gran interés debido a su innegable repercusión para el bienestar individual y social, a la vez que por tratarse de un ámbito que, aunque cuenta con aportaciones recientes y en progresión, presenta un amplio margen de exploración y de experimentación pedagógicas. Un cambio de visión social sería lo más oportuno para tratar de manera exitosa el duelo y la muerte como un aspecto más de la vida, que se es capaz de manejar y superar desde la infancia hasta la edad adulta. Abordar la problemática de la muerte en educación, concretamente en edades tempranas, parece un aspecto de interés actual para la innovación, la investigación y la acción-intervención pedagógica.

#### **4. Fundamentación teórica**

##### **4.1. La muerte y la sociedad actual.**

La muerte en la cultura occidental sigue siendo un tabú. Un tema que día a día se intenta evitar, ya que en la cultura judeo-cristiana, la muerte ha sido considerada como un hecho doloroso, de ahí la razón por la cual ha sido negada convirtiéndose como se ha dicho, en un tema sobre el que no se habla de manera natural, sino que, por el contrario, se oculta generalizadamente. Destaca la importancia de considerar las creencias tanto sociales como espirituales, así como la posibilidad de la positiva influencia que éstas podrían desempeñar en el niño/a y en los familiares, aceptando la muerte como parte de la vida y trabajar el duelo por la pérdida de un ser cercano de un modo positivo y llevadero. Se parte de la conciencia de que una pérdida, psicológicamente, puede ser algo traumático y que el duelo va a presentar en la mayoría de los casos una afectación en el estado de salud y bienestar, pudiendo provocar en el individuo un desequilibrio que puede llevar a un desenlace problemático para la persona. Se debe tratar entonces de evitar la negación de la pérdida y afrontarla desde la prevención y no como futura frustración. Aceptar emocionalmente la muerte como parte de la vida requiere, un esfuerzo por parte de la

sociedad en general. Se trata, de ver el duelo desde la acomodación y adaptación, pudiendo recordar a la persona amada como ausente, sin tanto dolor y emociones que se apoderen de la propia persona, sino más bien, desde el cariño, sin que este dolor consiga desequilibrar al individuo y a sus intensas emociones (Yoffe, 2003). Los adultos en cambio, suelen esconder a los niños la muerte y las emociones que ésta provoca. Aunque piensen que la intención es buena y se pretenda alejar a estos infantes del sufrimiento y el dolor, lo único que se logra es una sobreprotección y potenciación de debilidades emocionales en ellos (Ramos-Pla et al., 2016).

A su vez, igual que en la sociedad en general, el duelo y la muerte siempre ha sido un tema que se tiende a esquivar pero que, por el contrario, cuesta olvidar. Este tema normalmente ha sido trabajado en otros ámbitos como la familia, las religiones o la filosofía con lo que sería conveniente que la educación tuviese las herramientas necesarias para trabajar el duelo desde edades tempranas de manera preventiva de cara al futuro de ese niño. De ese modo, podrían evitarse diferentes problemáticas que pueden surgir en la vida de este ante la vivencia de circunstancias inevitables como es la muerte (De la Herrán et al., 2007).

#### **4.2. Antecedentes.**

A pesar de ser una temática sobre la que se ha empezado a indagar más en la actualidad, existen algunos autores que ya hicieron referencia a la pedagogía de la muerte en épocas pasadas. Dennis (2009, citado en Rodríguez et al., 2019) describe que el inicio de esta educación se localizaría en Estados Unidos de Norteamérica en la década de los 50 del siglo XX y, a pesar de ello, las diferentes propuestas del autor no llegaron a los umbrales de la didáctica. Por otro lado, Durlak (1978, citado en Rodríguez et al., 2019) hace referencia a la realización de un estudio comparativo donde se pretendía conocer qué métodos pedagógicos podrían llegar a reducir los miedos hacia el duelo y la muerte en los niños/as. Este estudio realizado por Durlak llegó a demostrar que los infantes que habían trabajado a través de técnicas experimentales como por ejemplo discusiones sobre casos o bien a través de role playing, habían reducido sus miedos hacia la muerte, frente a aquel niño/a que había llevado a cabo otro tipo de métodos o recursos. Atting (1992, citado en Rodríguez et al., 2019), ofrece un modelo de educación para la muerte enfocado en la propia persona y en su comprensión y reflexión acerca de la idea de humanidad y construcción de la identidad a través del auto-relato. Basu et al., (2003, citado en Rodríguez et al., 2019), hacen otro abordaje muy interesante sobre la Didáctica de la



Muerte a través de la utilización del aprendizaje en servicio, desde la adolescencia, resultando ser este un proceso donde no exclusivamente se integre la intervención del alumnado en la comunidad (por ejemplo, mediante la ayuda a personas mayores o personas con enfermedades graves), sino también un abordaje pedagógico en el aula de trabajo. Por último, Pine (1997, citado en Rodríguez et al., 2019) nos habla sobre la educación para la muerte mostrando una fase de iniciación y exploración, en la década de los 20 y distinguiendo tres períodos diferentes, de exploración, de desarrollo y de popularidad. Estos son algunos de los antecedentes sobre la pedagogía de la muerte, existiendo un estancamiento a comienzos del siglo XXI y a posteriori, una reciente activación. Esta reactivación se da debido a que el impacto de la Pedagogía de la muerte es tomado como respuesta educativa a grandes retos de la sociedad actual y se pretende con su estudio el desarrollo de una sociedad más consciente y preparada ante retos colectivos, que tarde o temprano acabarán afectando de igual o diferente manera a todos (Rodríguez et al., 2019).

#### **4.3. El duelo en la sociedad de hoy.**

Los duelos afectan en mayor grado a los niños ya que pueden crear vulnerabilidades posteriores, debido a que en muchos casos no se poseen las defensas y habilidades necesarias para su resolución. La desaparición visible de un objeto o persona puede provocar en ellos/as unas importantes modificaciones de su mundo interno. Los niños muestran una mayor fragilidad ante la pérdida que afectará a su desarrollo cognitivo, ya que en la mayoría de las ocasiones son incapaces de expresar lo que sienten y llegar a mostrar frustración, ansiedad e incluso insomnio persistente, debido al temor que les provocan otras pérdidas. Los infantes que han sufrido pérdidas importantes están totalmente expuestos a desarrollar diferentes trastornos psiquiátricos siendo esto un factor de riesgo importante. Por este motivo se destaca la importancia de unos adultos comprometidos para garantizar la reparación y el apoyo necesario y poder continuar con un crecimiento saludable del niño. Construyendo desde el sistema educativo y desde las familias en cuestión vínculos afectivos que sean seguros, fiables y continuados en el tiempo para el afrontamiento de la pérdida (Guillén- Guillén et al., 2013).

En los menores, las respuestas más frecuentes al duelo suelen ser corporales, tales como dificultades en el sueño, en la alimentación, etc. llegando en ocasiones a la ansiedad, los problemas de conducta e incluso problemas en el aprendizaje, miedo a estar solo, negarse al dolor, imitación excesiva de la persona fallecida o deterioro de habilidades sociales.

Cuando un menor vive una experiencia dolorosa debida a la muerte de un ser querido, entra en un proceso de duelo que debe ser llevado de manera adecuada. Por ello, según refieren Martino-Alba et al. (2012), el niño debe llevar a cabo una variedad de tareas que se irán simultaneando entre ellas tales como, la aceptación de la pérdida, la expresión emocional de la pérdida, la adaptación al medio con ausencia de la persona querida, llevando a cabo la adquisición de nuevas habilidades, así como la recolocación emocional al fallecido para poder continuar viviendo de manera saludable. El problema se da cuando no se es capaz de llevar a cabo esta serie de tareas y es, por lo que se habla de la pedagogía de la muerte, planteada de un modo tanto paliativo como preventivo, donde se pueda llevar a cabo este proceso de la manera más fructífera posible, sin olvidar que se trata de un proceso con gran dificultad para el niño.

Viéndose la etapa infantil como el tramo más adecuado para comenzar una respuesta educativa a la muerte, ¿qué se entiende por didáctica de la muerte? Se trata del conocimiento y la comunicación desarrollados en los diferentes contextos educativos, vistos desde una perspectiva de planificación y currículum, la metodología que va a utilizarse para tratar esta temática, los recursos didácticos, la evaluación, la investigación, la creatividad... la Didáctica de la Muerte, al fin y al cabo, está orientada a fundamentar el enseñar, el aprender, el desaparecer y el reaprender en función de la formación de alumnos y profesores. Por ello, podría decirse que se centra en el quién, qué, cómo, con qué y para qué (De la Herrán et al., 2007).

#### **4.4. La Pedagogía de la Muerte.**

La educación o pedagogía para la muerte es un modo de adaptación a la realidad, una educación que enseña a superar los miedos y crecer interiormente. Pero, es cierto que debe tratarse con mucho tacto y no olvidar una serie de cuestiones. En primer lugar, no se deben aumentar los temores infantiles, por lo que resulta bastante necesario proporcionar estrategias necesarias para enfrentarlos y disminuir los efectos negativos que puedan surgir. Se deben evitar por otro lado, las experiencias de miedo inducido, no crear situaciones de pánico o culpabilidad. Si se mantiene un moderado nivel de ansiedad y preocupación podría decirse que se está ante una conducta adecuada para tratar esta temática. Favorecer también el autocontrol y la resistencia ante ciertas situaciones para llegar a conseguir confianza y seguridad necesaria para una comunicación didáctica adecuada y atender a los miedos con cuidado, de manera continua si así es necesario, con suavidad y responsabilidad. Porque, en algunas ocasiones, aunque parezca que ha

desaparecido el dolor que alguna pérdida ha provocado, simplemente ha sido tapado y podría volver a surgir en cualquier momento (De la Herrán et al., 2007).

#### **4.5. Evolución.**

En la actualidad, se vive en una sociedad caracterizada por las prisas y el consumo. Por lo que se acaba olvidando la parte emocional y espiritual de las personas. Se ha ido dejando de lado, la conciencia de la muerte, así como su pedagogía preventiva. Se ve como un tabú social y profesional, como se ha hecho referencia en líneas anteriores. En consecuencia, se destaca la inclusión de la muerte en la educación mediante la innovación y preparación docente. Pero hay que hacerlo en la profundidad y no en la superficialidad, teniendo en cuenta que existen dos enfoques didácticos para tratar la muerte en la infancia y la juventud, siendo estos, un enfoque previo a la muerte, que será desarrollado de manera permanente mediante áreas del conocimiento y con otros temas transversales sin ser específicamente la muerte uno de ellos. Y, por otro lado, un enfoque posterior o paliativo-calmante, que se lleva a cabo en circunstancias específicas de duelo, cuando se da una situación de pérdida concreta (Ramos- Pla et al., 2020).

¿Es entonces necesario que alguien muera para que se enseñe la muerte en la escuela?

Poder anticipar la muerte de un familiar, incluso de una mascota es uno de los factores de protección que el entorno educativo ha podido ofrecer al alumno/a para favorecer un buen duelo en el niño. Siendo destacada la necesidad de hablar con el menor antes de que la situación llegue, para que aprenda a controlar su conducta y estados emocionales para enfrentarse a ese duelo de la manera menos dolorosa posible (Ramos-Pla et al., 2020). Por ello, resulta fundamental observar atentamente las reacciones emocionales de los alumnos, hablar con ellos sobre sus miedos y preocupaciones. Centrar la intervención en la escucha activa, una escucha que pretenda contestar a todas sus dudas de una manera real y tranquilizadora. Con estabilidad, seguridad y coherencia, donde hablar del dolor sea algo cómodo dentro de lo posible, que te permita continuar en paz y aliviado. Pero en base a este tema, el profesor necesita una formación pedagógica profunda y concreta en la conciencia de la finitud humana y se podría decir que, actualmente, la mayoría de profesionales de la educación poseen un gran desconocimiento del tema o de las estrategias necesarias para afrontarlo. De ahí la importancia de incluir la muerte dentro del currículum escolar desde edades tempranas como contenido transversal del resto de aprendizajes, sin olvidar que abordar el duelo, abordar la muerte supone un reto educativo y personal, pero que debe ser logrado para llegar a normalizarlo (Ramos-Pla et al., 2020).

#### **4.6. El desarrollo socioafectivo y la inteligencia emocional.**

Es clara la relación que se establece entonces entre la Educación Emocional y la Pedagogía preventiva o previa a la muerte que puede llevarse a cabo en los centros educativos y en las familias. Y para ello, resultaría clave entender el diálogo con la muerte desde una perspectiva donde se considere ésta sin empequeñecerla o minimizarla sino escucharla y trabajarla para evitar el horror y el miedo. Es necesario trabajar desde la pedagogía de la muerte para verla desde la conciencia sobre la finitud humana para favorecer así, la superación positiva de las pérdidas a lo largo de la vida de un individuo. Ser vista la finitud, como sinónimo de vida, por lo que se apuesta por un aprendizaje preventivo donde se puede trabajar la muerte con total normalidad hablando de ella anticipadamente para crecer interiormente y poder así preparar al niño para su llegada de un modo consciente (Ramos-Pla, 2022).

Resulta entonces relevante hacer referencia a que la Educación Emocional está en pleno apogeo en el mundo educativo actual, ya que es considerada una manera de prevención primaria. Resulta esencial enseñar una buena gestión de las emociones para tratar la temática en cuestión, logrando la satisfacción personal. Siendo una educación importante para acompañar en el desencadenamiento de reacciones emocionales que puedan surgir en el duelo de una figura de apego, sirviendo ésta como gestora de los sentimientos que desencadena la muerte de un ser querido. Trabajar la pedagogía de la muerte en el ámbito emocional para lograr que el infante conozca sus emociones y las de las personas que lo rodean para que puedan ser gestionadas de la mejor manera posible y tomar conciencia de la realidad, ya que las emociones están presentes en todos los acontecimientos de la vida de una persona, por lo que también con la muerte. Es importante recordar que mediante un buen apoyo emocional y social al individuo que se encuentra o va a encontrarse de manera próxima en un proceso de duelo, se potenciará la autoestima con un impacto emocional inminente. En definitiva, se trata de ofrecer un espacio donde se puedan expresar las emociones, ser uno mismo y reflexionar sobre la muerte (Ramos-Pla, 2022).

Alberto Ortega, experto en Coaching Personal, hace referencia en su libro *Vivir en Inteligencia Emocional*, a una situación vivida en su infancia del momento en el que le comunicaron el fallecimiento de su padre, de una manera amorosa a la vez que aislada. Cuenta que en ese instante sintió una cantidad de energía que no supo cómo categorizar y manejar, y tampoco procesar. Aquella sensación que no llegó a expresar lo llevó a

guardar aquel hecho de tal forma, que nunca en su infancia pudo soltarlo y que a la larga le restó incluso libertad en diferentes situaciones de su vida, por ejemplo, en la adultez, en el ámbito amoroso. Aquel hecho inundado de tristeza e incertidumbre sin guía, le llevó a convertirse en una persona cohibida, sin decisión y compromiso, a la vez que desconfiado. Es en el camino de su gran carrera profesional donde se da cuenta, de que gracias a trabajar la inteligencia emocional se lleva a cabo una “toma de conciencia” de los pensamientos que se elaboran a raíz de los eventos que ocurren o bien han ocurrido en la vida de las personas. Se trata de saber observarse y autoconocerse para ser capaces de discriminar sentimientos y emociones y saber para qué se han generado y, de ese modo, poder seleccionar interpretaciones y acciones que hagan avanzar. Cambiar de una manera favorable y beneficiosa para la propia persona esa interpretación de una emoción e incorporar a la vida un sentimiento que, lejos de lo esperado, sea favorable y funcional (Ortega, 2019, p.22)

El propósito de la Inteligencia Emocional no es otro que arrebatarle las riendas a tus interpretaciones y sentimientos, especialmente de aquellos que te alejen de donde quieres estar, y convertirte en protagonista de tu propia historia, líder de tu vida y capitán de tu destino.

El grado de desarrollo moral que el sujeto sea capaz de alcanzar lo va a conducir a tener una personalidad con altos índices de autoestima, amor propio, seguridad o autocontrol que determinarán la actuación del niño. A pesar de ser la familia el primer factor incidente en el desarrollo socio afectivo del niño, la escuela es el escenario social donde este niño proyectará el desarrollo moral resultado de la formación que recibe en el núcleo familiar (Marín- Ríos et al., 2016).

Desde el nacimiento, haciendo referencia a lo expuesto por Heras- Sevilla et al. (2016) el desarrollo de los niños es llevado a cabo en un ambiente repleto de emociones. Durante los primeros años, el menor aprenderá a manifestar sus propias emociones, recibir la de los demás y responder ante ellas intentando controlar las suyas propias. Resulta un tema interesante ya que según cómo se lleve a cabo este aprendizaje y cómo se desarrolle el niño emocionalmente, va a depender su bienestar y su calidad de vida.

Los primeros vínculos emocionales se establecerán como se ha visto en líneas anteriores, en el seno de la familia, siendo la escuela el segundo agente educativo que deberá verse involucrado en dicho desarrollo. De ahí que se haya visto la escuela como gran potencia

favorecedora del desarrollo integral del niño, debiéndose centrar no solo en el desarrollo cognitivo, sino también en el desarrollo de las capacidades emocionales y afectivas. Resulta ser entonces la competencia emocional, la capacidad de reconocer y expresar emociones, recibiendo el nombre de conciencia emocional; regular emociones, regulación emocional; ponerse en el lugar del otro, competencia emocional e identificar y resolver problemas, como habilidad de vida para el bienestar. El aprendizaje de las competencias emocionales, debe convertirse en una prioridad del sistema educativo. Centrándonos en los más pequeños, donde ofrecer experiencias emocionales, así como su manejo, resulta imprescindible (Heras- Sevilla et al., 2016).

La inteligencia emocional según Salovey y Mayer (1997), citado en Bisquerra (2012, p. 24-25), consiste en la habilidad para manejar los sentimientos y emociones, tener la capacidad de discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para la dirección de los propios pensamientos y acciones, basado en un modelo estructurado en cuatro bloques:

- Percepción emocional: las emociones son percibidas, identificadas, valoradas y expresadas. Las emociones de uno mismo y de los demás con la capacidad de expresarlas adecuadamente, así como de discriminar expresiones precisas o imprecisas.
- Facilitación emocional del pensamiento: las emociones que el niño siente se hacen conscientes y van a dirigir la atención hacia lo realmente importante. Los estados emocionales facilitan el afrontamiento de las diversas situaciones.
- Comprensión emocional: consiste en comprender y analizar las diferentes emociones, incluyendo la capacidad para dar nombre a dichas emociones y reconocer la relación que entre estas emociones se establecen. También se incluye aquí, la habilidad de reconocer las transiciones entre emociones.
- Regulación emocional: controlar las emociones incluyendo la habilidad para distanciarse de una emoción, regular la emoción en uno mismo y en los otros y suavizar las emociones negativas para potenciar las positivas.

#### **4.6.1. Autoestima**

Según lo expuesto por Panesso-Giraldo (2017) la autoestima es considerada como la valoración que uno tiene sobre sí mismo, relacionado con las emociones, los diferentes pensamientos, las experiencias y las actitudes que la persona va recopilando en su vida. Se trata de un proceso que se va desarrollando a lo largo de la vida según las interacciones

que se vayan llevando a cabo con los demás, posibilitando la creación y evolución del “yo”. Una autoestima puede ser categorizada en alta o baja y esto se hará de acuerdo a las características de la persona y su forma de interactuar con el entorno. Relacionando la autoestima alta con actitudes y valoraciones positivas y la autoestima baja con la poca capacidad para enfrentar los problemas, influyendo al estado de ánimo situaciones difíciles de asumir. En la autoestima influirán diferentes componentes:

- Componente afectivo: como respuesta afectiva que se percibe de uno mismo.
- Componente conductual: intenciones que se tienen cuando se actúa ante alguna situación.
- Componente cognitivo: este componente formará las representaciones, creencias, ideas o descripciones que se lleven a cabo de uno mismo en los diferentes ámbitos de la vida.

#### **4.6.2. Ansiedad**

La ansiedad involucra un temor a algo, siendo ese algo un concepto variante, pudiendo ser desde un objeto hasta una situación que provoque una reacción y sentimiento negativo. La ansiedad es entendida entonces como una reacción emocional individual que va a depender de la naturaleza de cada persona, por lo que su intensidad del temor va a depender de la forma en que cada individuo percibe la situación. Es un estado de temor que experimenta la persona de manera subjetiva ante situaciones que puedan alterar el bienestar (Bertoglia-Richards, 2005).

#### **4.6.3. Autocontrol**

El autocontrol emocional es una competencia o habilidad social que debe ser potenciada tanto en el centro educativo como en el hogar, ya que permitirá al niño expresar de un modo adecuado todas las emociones sin diferenciar entre positivas o negativas. Con autocontrol no se hace referencia a reprimir las emociones, sino por el contrario a saber controlarlas, regularlas o modificarlas si fuese necesario para lograr el bienestar emocional. Un buen control y regulación emocional permitirá la modificación del estado de ánimo, siendo capaz de adaptarse a nuevas situaciones y actuando de un modo coherente ante ellas (Ríos-Tonguino, 2020).

#### **4.6.4. Lenguaje expresivo**

Este concepto hace referencia al proceso neuropsicológico que permitirá al individuo la comunicación, la adquisición de los aprendizajes, la organización del propio pensamiento, así como la regulación del comportamiento. El lenguaje expresivo está

directamente relacionado con las inteligencias múltiples, siendo éstas la inteligencia lingüística, la musical, la espacial, la lógico-matemática, la corporal-kinestésica, la inteligencia intrapersonal y la inteligencia interpersonal (Albets-Segura, 2016).

Para un adecuado desarrollo del lenguaje expresivo es necesario la concatenación de elementos a nivel personal, familiar y contextual que sean capaces de facilitar este proceso, cuando no se conjugan de manera favorable muchos niños acaban presentando serias dificultades (Ojeda-Martínez, 2022).

#### **4.6.5. Interacción con los demás**

Los seres humanos son seres sociales con necesidad de estar a lo largo de su vida en contacto con los demás. Las relaciones interpersonales van a permitir a los individuos practicar habilidades de interacción social útiles para toda su vida, ya que les permitirá formar relaciones cercanas con los demás, comunicarse de un modo adecuado, ser capaces de resolver problemas y confiar en los demás (Londoño Hoyo et al., 2021).

#### **4.6.6. Autorregulación emocional**

La autorregulación emocional es la capacidad de ajustar el propio estado emocional, adaptándose así al ambiente y a las situaciones que vayan surgiendo. El desarrollo de las habilidades de autorregulación emocional ha sido asociado a una variedad de factores, tanto endógenos como exógenos. Dentro de los factores que reciben el nombre de endógenos, se ha estudiado la madurez del cerebro, especialmente de las redes atencionales, y las capacidades motoras y cognitivo-lingüísticas de los niños. Y dentro de los factores exógenos, se ha otorgado a los padres un papel primordial, destacando su labor de ayuda y guía en este proceso de desarrollo. En definitiva, la autorregulación emocional tiene una función de adaptación social (Ato-Lozano et al., 2004).

#### **4.7. Formación del profesorado en Pedagogía de la Muerte.**

Se considera oportuno abordar la importancia del diseño, la organización y la realización de una pedagogía preventiva en la escuela, relacionada, por supuesto, con las familias. Este es el motivo por el cual se destaca la relevancia que posee la formación del profesorado. Es importante en primer lugar, examinarse a sí mismo como docente hasta llegar a encarar la muerte, para llegar a entender que esta supone una inyección de sentido existencial de la vida. Esto resultará, como poco, doloroso, pero ayudará a sentirse más pleno. Se trata de afrontar como persona los miedos y prejuicios siendo capaces de transmitir esto a los infantes y los jóvenes que viven hoy en día en una sociedad donde, como se ha visto, la muerte es un tema tabú. Cambiar este tipo de actitudes resultará



complejo, pero con una actitud de acogida, comprensión y seguridad será posible. Se trata en definitiva de concienciar a los profesionales educativos acerca de la importancia que posee llevar a cabo una pedagogía preventiva sobre la muerte, con el fin de conseguir desde la escuela normalizar la muerte y, con ella, el duelo y los sentimientos y emociones anejos. Todo esto llevaría a afrontar dos consecuencias determinantes en la vida de las personas. En primer lugar, la pérdida del miedo a la muerte y, en segundo lugar, la posibilidad de que las personas fuesen capaces de vivir de manera intensa y plena el presente, un presente basado en la responsabilidad, cultivando así la dimensión cognitiva y las relaciones personales. Y para ello, se necesita una formación docente profunda y continuada sobre la pedagogía preventiva y paliativa de la propia muerte (Ramos-Pla et al., 2016).

Como profesionales de la educación resulta importante afrontar los prejuicios, los miedos, las diferentes emociones y sentimientos, etc. que se proyectan en los niños. Por ello, se lleva a cabo la formación de los equipos directivos y de los maestros e incluso de las propias familias, potenciando espacios de reflexión mediante charlas, cursos de formación continua, grupos de discusión, seminarios, etc., para que el proceso de duelo sea llevado a cabo mediante el acompañamiento empático donde a través de la educación y la orientación se sepa comprender el dolor y ayudar en un momento que puede resultar traumático para la vida del niño (Ramos-Pla et al., 2018)

#### **4.8. Otras investigaciones.**

A pesar de haber detectado que se está ante un tema no muy desarrollado a día de hoy en el ámbito educativo, se pueden encontrar investigaciones y programas en línea. Un ejemplo de ello es el estudio sobre la ansiedad ante la muerte en profesionales de la educación, realizado por Colomo-Magaña et al., (2018), donde se analiza el grado de ansiedad ante la muerte de 64 universitarios del Grado en Educación Primaria, mediante el cuestionario DAI (Death Anxiety Inventor). En dicho estudio se muestra la dificultad que hay para comprender el significado de la muerte.

Proponen estos mismos autores trabajar la pedagogía de la muerte a través de las canciones, pudiendo ser empleado este material didáctico en diferentes momentos, ya sea en una asignatura concreta como música o ética, o bien a través de una actividad complementaria o taller. Destacan dos niveles necesarios, conocer e interpretar las canciones y crear con las canciones. Al hablar de conocer e interpretar con las canciones, se hace referencia a que los profesionales de la educación deben ser conscientes de la gran

importancia de las canciones como elemento, en este caso cultural. Por lo que resulta necesario enseñar a los alumnos a interpretar y sentir mediante la escucha activa, que desea transmitir la canción para poder reflexionar sobre la visión de la muerte que narra dicha canción. Para ello, los docentes o profesionales encargados de trabajar mediante este material didáctico deberán seleccionar las canciones más convenientes en función de la edad y el contexto donde se esté trabajando. Siendo conscientes de qué objetivos se pretende alcanzar, dar las orientaciones de trabajo necesarias, ofrecer el material necesario con el que los alumnos van a trabajar las canciones, desarrollar un diálogo de trabajo adecuado y evaluar dicha actividad analizando la modificación en los pensamientos y actitudes basados en la pedagogía de la muerte. Por otro lado, al hablar de crear con las canciones, este autor hace referencia a que los alumnos creen sus propias canciones, donde expresar sus sentimientos y emociones hacia la temática en cuestión. Ofreciendo una serie de pasos que se pueden ofrecer al alumnado: elaboración de un pequeño resumen con los contenidos que se desea expresar, de modo que se plasmen los elementos más significativos e importantes de la muerte para ellos; escribir la canción, de manera individual o grupal para poder compartir dichos sentimientos y, por último, la presentación de la canción realizada para conocer el trabajo del resto de compañeros, siempre desde el propio deseo del alumno/a para la reflexión conjunta. Con este material didáctico, se puede apoyar la pedagogía de la muerte en todo tipo de contextos educativos, como tema esencial y necesario para la propia evolución y desarrollo personal (Colomo-Magaña et al., 2014).

#### **4.9. Programas existentes.**

Una de las propuestas de intervención que nos gustaría ofrecer propone aceptar pedagogías innovadoras como la de la muerte para crear espacios que sean seguros dentro de las aulas. Un proyecto llevado a cabo con la finalidad de trabajar a través de diferentes actividades la gestión de las emociones y ofrecer las herramientas necesarias para la gestión emocional y la superación del duelo a través de actividades y recursos didácticos. Donde se encuentran actividades como: ¿Podemos dibujar la muerte?, el ciclo de la vida, ¿cómo se mueven las emociones?, ¿cómo se vive la muerte en otras culturas? O todos y todas dejamos huella. Proyecto llevado a cabo a raíz de detectar la necesidad de destacar la pedagogía de la muerte en el ámbito educativo como herramienta preventiva o bien, paliativa a problemas futuros (Brioa-García, 2020).

Otro de los programas en línea que nos gustaría destacar, es un programa dirigido a intervenir con los docentes, con las familias y con los propios alumnos. Con el objetivo de reflexionar sobre las propias actitudes, los miedos y las estrategias de afrontamiento que se tienen ante la muerte, desarrollar en el profesorado actitudes y habilidades para el acompañamiento al alumnado en proceso de duelo, así como en las familias. La intervención es llevada a cabo a través de diversos talleres referentes a: ¿por qué educar en la muerte?, la pérdida y el duelo y cómo intervenir ante este trance, el significado de la muerte en la sociedad actual, etc. Para concienciar sobre los beneficios de una educación para la muerte como elemento de bienestar. Con los alumnos se interviene a través de diferentes unidades didácticas enfocadas básicamente en la vida y la muerte, la sociedad actual y qué hacer cuando una muerte se produce en base a los sentimientos que se viven (Siracusa, 2010).

Por último, otra de las propuestas ofrecidas se ha llevado a cabo a través de entrevistas a docentes donde se puede apreciar la falta de formación por parte del profesorado en lo que a la muerte respecta. Esto puede provocar inseguridad a la hora de trabajar dicha temática y, por lo tanto, conducir a la escasez de recursos y materiales para trabajarla. A pesar de ello, los profesionales educativos entrevistados, coinciden en que se trata de un tema de gran importancia que debe ser tratado desde edades tempranas a través del desarrollo de la competencia emocional. Se llevan a cabo diferentes actividades comenzando con una pequeña lluvia de ideas, para conocer principalmente qué conocimiento poseen los alumnos acerca de la muerte y el duelo. Después de esta introducción, se llevan a cabo diferentes actividades como: mensaje al cielo, el árbol de los recuerdos, querida planta, mi árbol genealógico, el baúl de mis recuerdos, ¿cómo ves el miedo? O pozo de los miedos. En estos estudios recopilados se ha dado a conocer la importancia de introducir la educación para la muerte en el sistema educativo, debido a que es un tema inexistente en el currículo en la mayoría de los centros educativos. Así como desconocido en la mayoría de las familias (Turrión-Martínez, 2021).

#### **4.9.1. Recursos.**

Cabe destacar que existen autores como Arnaiz (2003) que exponen algunas claves consideradas como esenciales para trabajar la pedagogía de la muerte. Lo primero sería entender y ser conscientes de que posiblemente en muchos casos, no se tenga respuesta para todas las incertidumbres que los niños y niñas tienen acerca de este tema. Y, por supuesto, no mentir; muchas veces es mejor aceptar que no se tiene respuesta, antes de

mostrar alguna errónea o problemática para el infante. En un segundo lugar se encuentra el hecho de no tener que esperar a hablar de la muerte cuando esta se aproxime en alguna ocasión, sino aprovechar cualquier situación cotidiana que sea oportuna para hablar de ello. En tercer lugar, se hace referencia a hablar con claridad, sin esconder palabras ni utilizar eufemismos, ya que de por sí el tema puede resultar confuso para él o ella. Por otro lado, ver y transmitir el tema de la muerte como ciclo de la vida, sin usar al ser querido que ha fallecido como chantaje, ya que se podría transmitir miedo al niño o niña con el que se esté trabajando. Se debe también transmitir sentimiento y dejar comprender y experimentar diferentes emociones de un modo adecuado que no llegue a dañar el bienestar de la persona. Los niños deben ser conscientes de las causas de la muerte, conociendo en todo momento la realidad. Despertar una iniciativa sana de hablar de la muerte como parte de la vida, siendo capaces de mostrar sin esconder en ningún momento sus dudas e inquietudes. Por último, la pedagogía de la muerte está relacionada con la pedagogía de la finitud y se debe ser consciente de que nadie es infinito, por ello, se debe aprovechar la vida y así se debe transmitir a los más pequeños.

Es cierto, según autores como Villamor-Ruiz et al. (2017), que este tipo de educación no solo debe ser impartida por profesionales, sino que también necesita de la ayuda de las familias, como hemos reiterado en esta fundamentación. No transmitir a los niños que el hecho de expresar el enfado, la pena, la rabia, el dolor y, en definitiva, sentimientos y emociones que son categorizados como negativos, es algo perjudicial, sino más bien hacer ver estas emociones como ayuda para superar el duelo y la muerte de una manera natural e irremediable ante la vida. A pesar de ello, la muerte en muchas sociedades y especialmente en la que actualmente se vive, sigue siendo un tabú en lugar de una educación para lograr la comprensión de nuestro ser, finitud y destino, disciplina necesaria para el desarrollo y la evolución de las personas. Al fin y al cabo, la muerte y con ella el duelo y el manejo y comprensión de las propias emociones se encuentra presente actualmente en todo lo que a la sociedad envuelve, televisión, cine, las propias vivencias personales, etc. Por ello, desde la pedagogía, se debe evitar el hecho de cerrar los ojos ante este tema.

## **5. Objetivos.**

### **Generales**

- Formar la competencia emocional infantil en el ámbito de la pedagogía de la muerte.

### **Específicos**

- Tomar conciencia sobre la importancia de trabajar la competencia emocional a través de la pedagogía de la muerte.
- Trabajar y naturalizar la muerte.
- Identificar y comprender las propias emociones.
- Conocer y respetar las emociones de los demás.
- Suministrar herramientas y técnicas para aceptar y soportar el miedo y el sufrimiento.
- Favorecer y facilitar la expresión de sentimientos y emociones.
- Trabajar el concepto de duelo.
- Trabajar el lenguaje expresivo.
- Afianzar la percepción, facilitación y comprensión emocional.
- Trabajar la autoestima.
- Trabajar el autocontrol y la interacción con los demás.

## **6. Metodología**

El enfoque metodológico adoptado para realizar el trabajo ha sido cualitativo, puesto que se han empleado técnicas, como la entrevista abierta y un formulario, que nos han servido para la detección de necesidades, mediante la adecuada interpretación y análisis de la información obtenida. Nuestra metodología pretende un cambio o transformación socioemocional que sea capaz de transformar y mejorar la propia realidad.

Por otro lado, el programa ha sido metodológicamente planteado con base en la literatura científica examinada, teniendo en cuenta las necesidades sociales actuales en base a la competencia emocional dentro del ámbito de la pedagogía de la muerte. Se ha podido identificar un conjunto de limitaciones relativas primordialmente a los escasos recursos o herramientas educativas. Así mismo, nos apercibimos de la recurrente evitación social y cultural de la muerte y todo lo que está asociado a ella, viéndose afectado especialmente el ámbito educativo y, particularmente, las etapas primeras de la vida, doblemente importantes por su repercusión no sólo en el presente, sino también en el futuro. Nuestro

programa se sitúa en la línea creciente de estudios y aportaciones pedagógicas que tratan de paliar dichas carencias.

### **6.1. Destinatario/s**

La selección de los sujetos destinatarios resulta crucial para cualquier estudio. En nuestro caso, los destinatarios seleccionados han sido de la primera etapa de Educación Primaria con edades comprendidas entre los 6 y los 8 años. Se trata de un programa de competencia emocional dentro del ámbito de la pedagogía de la muerte para niños de esas edades.

El programa formativo va dirigido a niños que se encuentren en situación de duelo por la pérdida de un ser querido, llevándose entonces a cabo un trabajo paliativo o bien a niños de manera generalizada para trabajar la competencia emocional a través de la pedagogía de la muerte de un modo preventivo. No debemos olvidar que será un programa del que también formarán parte las familias de los propios niños, ya que la pedagogía de la muerte debe ser trabajada con la participación del ámbito familiar del sujeto.

### **6.2. Instrumento/s de investigación**

En base a lo expuesto por Murillo-Torrecilla (2006) una entrevista es una técnica de recogida de información dentro de la investigación de tipo cualitativo, que trata de descubrir o plantear diversas preguntas que puedan ayudar a reconstruir la realidad de los sujetos. Trata de captar el contenido de las experiencias y significados que se dan en un único caso, siendo así capaces de concretar resultados. Se valoran en ella conceptos amplios, de un modo flexible. La entrevista nos va a permitir un acercamiento directo a los individuos reales siendo una técnica muy completa siendo capaz de captar el investigador sensaciones, emociones, opiniones o estados de ánimo para poder enriquecer la información necesaria facilitando la consecución de los objetivos propuestos. Una buena planificación de las entrevistas será fundamental para que la información recolectada sea lo más útil posible para la investigación. Resulta esencial que antes de llevar a cabo la realización de la entrevista el investigador haya establecido los objetivos, identificado a las personas que van a ser entrevistadas, que haya formulado de manera adecuada las preguntas y que sepa de manera concreta cual será el método mediante el cual realizará la entrevista.

Según los aspectos que se quieran destacar se distinguen distintos tipos de entrevistas dependiendo de su estructura y diseño, siendo estas: estructuradas, semiestructuradas y abierta) y según el momento de la realización, encontrando: inicial o de diagnóstico, de desarrollo o seguimiento y final (Murillo-Torrecilla, 2006).

Los instrumentos utilizados para la recogida de datos serán una entrevista abierta e inicial o de diagnóstico donde se ofrece flexibilidad, sin olvidar el mantenimiento de una uniformidad para lograr los propósitos del estudio con la mayor exactitud posible a través de preguntas concretas. Con este diagnóstico pedagógico se pretende detectar las necesidades educativas para la elaboración de un programa formativo. Por otro lado, se realizará otro diagnóstico pedagógico a través de un cuestionario (Google Forms).

Las entrevistas estarán estructuradas en base a unas categorías que resultan de interés para recoger la información necesaria para la elaboración del programa y será llevada a cabo a tres sujetos diferentes:

- Sujeto 1: la primera entrevista se ha llevado a cabo al menor que hace unos años vivió un proceso de duelo por la muerte de un ser querido desembocando en una experiencia traumática. Este primer sujeto ha sido nuestro sujeto principal para basar la obtención de datos de nuestra investigación en un caso real a partir del que arrancar nuestro proyecto en cuestión. Dentro de dicha entrevista se han recogido datos en base a diferentes categorías, siendo estas:
  - Características personales sobre el proceso de duelo: donde se ha recogido información acerca del concepto de la muerte, sentimientos experimentados ante la situación vivida y actualmente y, por último, si recibió o no algún tipo de ayuda para sobrellevar el proceso de duelo.
  - Características emocionales: donde se han recogido todos los datos necesarios acerca de las diferentes emociones, encontrando información sobre la ansiedad, el lenguaje expresivo, la autoestima, el autocontrol y la interacción con los demás.
  - Características escolares: donde se ha recogido información acerca del ámbito escolar en concatenación con nuestro tema.

Al menor entrevistado también se le realizó un formulario llevado a cabo a través de Google Forms donde se recogían más aspectos sobre la competencia emocional para reforzar así los datos.

En el Anexo 1, podemos encontrar la entrevista que se llevó a cabo.

En el Anexo 2, podemos encontrar el formulario que se llevó a cabo a través de Google Forms.

- Sujeto 2: la segunda entrevista fue realizada a un familiar del entorno cercano del menor, en este caso a su madre ya que era con ella con la persona que más tiempo compartía de su entorno. Es una entrevista donde se encuentran diferentes categorías, siendo éstas:
  - Características personales sobre el proceso de duelo: donde volvemos a encontrar información acerca del concepto muerte, información sobre cómo suele tratar dicho concepto en casa, cual considera el problema principal del modo en que su hijo vivió la situación traumática, información acerca del espacio que da a sus hijos para expresar los sentimientos y, por último, si ha recibido o no formación acerca de cómo tratar la temática en cuestión.
  - Características emocionales: donde se ha recogido todo lo referente a las diferentes emociones, incluyendo también aspectos en relación con el autocontrol, la autoestima, el lenguaje expresivo y la ansiedad.
  - Características acerca del ámbito escolar: donde se han recogido datos sobre el ámbito escolar de su hijo.

En el Anexo 3, podemos encontrar la entrevista que se llevó a cabo.

- Sujeto 3: la tercera y última entrevista ha sido realizada a una profesional educativa que imparte docencia en el primer curso de Educación Primaria, que resulta ser la edad con la que a nuestro sujeto primero y principal le sucedió lo expuesto. A su vez, esta profesora podrá aportar datos no solo del ámbito educativo si no también acerca de su propia experiencia relacionada con la pérdida de un ser querido en su infancia, siendo esta una experiencia análoga que ayudará en la detección de necesidades educativas. De esta manera, se podrá también detectar si los docentes reciben la formación oportuna para abarcar en su docencia dicho tema y, a su vez, si los centros educativos prestan ayuda de este tipo a las familias de sus alumnos/as. Como se ha dicho en las anteriores entrevistas, ésta también fue dividida en diferentes categorías:
  - Características personales sobre el proceso de duelo: donde se ha recogido información sobre el concepto de la muerte y lo que para ella supone, si lo considera un tema actualmente tabú, si considera que la gestión del duelo influirá en la estabilidad emocional futura de los niños, se recoge aquí también la experiencia personal y por último, cuáles son



los aspectos que ella como docente considera oportuno para llevar a cabo el proceso de duelo del mejor modo posible, hablando también desde la propia experiencia personal.

- Características emocionales: donde se recoge todo lo referido a las emociones incluyendo también, aspectos sobre autocontrol, autoestima, lenguaje expresivo y ansiedad.
- Características profesionales: donde se ha recogido la información necesaria acerca de qué consideración tiene sobre trabajar la muerte en los centros educativos, si ha recibido formación para ello y si ha vivido alguna experiencia relacionada con el tema a lo largo de su carrera profesional.

En el Anexo 4, podemos encontrar la entrevista que se llevó a cabo.

Todas las entrevistas fueron llevadas a cabo después de la supervisión por parte del tutor responsable, su correspondiente corrección y por último su aprobación. Cada pregunta se redactó con un vocabulario y dificultad adecuada a las características del destinatario para su posterior análisis.

### **6.3. Análisis de la información**

Al haber llevado a cabo entrevistas para la recogida de datos, el análisis de los datos se llevará a cabo de manera cualitativa. Un análisis cualitativo es un proceso por el cual se organiza y manipula la información para establecer las relaciones, interpretar y extraer significados para llegar a unas conclusiones. En la recogida de los datos, una acción esencial es el hecho de tener en cuenta que lo que vamos a recoger son datos no estructurados por lo que somos nosotros como investigadores los que debemos darle la estructura que deseamos obtener para la consecución de los objetivos. al fin y al cabo, una investigación cualitativa es llevada a cabo para mejorar aspectos sociales e intentar ayudar a la comunidad a buscar nuevas alternativas que acaben mostrando cambios positivos, en nuestro caso en la ciudadanía infantil (Urbano-Gómez, 2016).

A continuación, se llevará a cabo el análisis de los datos recogidos en las entrevistas formuladas a los tres sujetos expuestos.

#### **Sujeto 1: Menor.**

En primer lugar, el menor entrevistado hace referencia a que para él la muerte es algo que le provoca miedo e incertidumbre ya que es algo que desconoce y que para él es algo

difícil y delicado de tratar, se considera una persona sensible y que lo único que hizo fue agarrarse a la fe para intentar sobrellevar la situación vivida en su infancia.

A pesar de haber resultado una situación problemática se ha sentido arropado por sus familiares y amigos intentándolo llevar del mejor modo posible, intentando ser fuerte y concienciándose de que era algo que tenía que suceder. Aunque no llegó a entenderlo del todo. Pese a que en aquel momento supuso tanto para él aquella pérdida, cree que actualmente podría sentirse más fuerte ante situaciones similares y un poco más preparado después de haberse parado a reflexionar sobre ello.

Respecto a la pregunta de si recibió ayuda en aquel momento, el sujeto responde que recibió apoyo y ayuda de su contexto más cercano sin hacer referencia a la ayuda profesional, que más adelante referencia su madre (nuestro sujeto 2). Aunque si dice que, a pesar de recibir la ayuda, fue un proceso complicado.

Respecto a las características emocionales, el primer sujeto nos dice que después de vivir aquella situación, sintió soledad, se sintió extraño ante la situación, sin consuelo y mucho más pesimista, necesitando mucho apoyo y empatía y sobre todo sintió miedo. Recordando aquel episodio como una mala racha en su vida.

Siente un poco de miedo e inseguridad al hablar de la muerte, aunque poco a poco se va sintiendo con más fuerza, aunque sigue siendo una temática que le cuesta trabajar debido a su sensibilidad emocional.

Respecto a la ansiedad, el sujeto nos habló de que sentía miedo ante situaciones inesperadas, pero que coge fuerza gracias a la gente que le rodea y a la fe. Por otro lado, en el pasado sentía mucha preocupación ante los problemas, pero que poco a poco fue dándole importancia solo a los aspectos que la tienen, para poder ser feliz y vivir tranquilo.

Respecto al lenguaje expresivo, se considera una persona capaz de mostrar sus sentimientos y emociones con facilidad, pero afectándole mucho las emociones que pueda provocar en los demás. Todo lo achaca a su sensibilidad ante las cosas, por lo que no siempre expresa las emociones de manera correcta o adecuada.

Haciendo referencia a la autoestima, el sujeto 1 considera tener muchos aspectos positivos destacando su sinceridad, la capacidad de valorar las cosas de los demás y la lealtad. Posee normalmente una autoestima “normal” teniendo altibajos en algunas ocasiones,

pero considera oportuna y beneficiosa su autoestima, sintiendo que está en el nivel adecuado. No suele preocuparle lo que piensen de él los demás, aunque es algo que le ha costado un poco de trabajo aceptar, pero considera que así se es mucho más feliz con uno mismo. Acepta las críticas, pero no siempre, ya que en ocasiones suelen trastornar su bienestar personal.

Dentro del autocontrol, considera que sí es capaz de dar su punto de vista de un modo adecuado siendo razonable con las diferentes situaciones, aunque dependiendo del momento personal en el que esté se toma las cosas de un modo u otro. Es una persona que cuando está seguro (o así lo considera) de lo que dice y expone, lo pelea hasta el final.

Sabe escuchar a los demás y ponerse en su lugar, dando consejos constructivos ante problemas ajenos, mostrando interés y empatía.

Le preguntamos al sujeto si la muerte había sido trabajada en su centro escolar con normalidad, a lo que nos respondió que no y que, si hubiese sido así, considera que le hubiese servido de gran ayuda para afrontar la situación que inevitablemente le tocó vivir en su vida. Lo único que destaca dentro del colegio son las clases de religión, donde quizás considere que no se trabaja en profundidad según su punto de vista. Respecto a las emociones en el centro, también nos dice que no es un tema que se trabaje con frecuencia ni de manera profunda, pero que a pesar de ello es algo en lo que ha mostrado mucho interés, ya que es algo que le resulta primordial. Destaca que este aspecto ha sido trabajado solo con las orientadoras, no con los docentes que han pasado por su recorrido educativo.

Como cierre de la entrevista, se le propuso que hablase de cómo se había sentido al responder estas preguntas sobre la muerte, a lo que contestó que poco a poco se había ido haciendo más fuerte ante este tema, pero que tratando en el colegio este tema desde más pequeño, todo hubiese sido más llevadero.

Por último, el sujeto ha contestado a un pequeño formulario para reforzar los datos sobre la competencia emocional. de este formulario hemos obtenido las siguientes respuestas:

- ¿Se considera una persona empática? Sí.
- ¿Considera que vive en un entorno donde se siente arropado? Sí.
- ¿Es capaz de autocontrolarse en situaciones que puedan suponer la ausencia de bienestar personal? Suelo perder el control con facilidad.

- ¿Conoce sus emociones? No.
- ¿Se comporta de manera asertiva en situaciones problemáticas? Sí.
- ¿Cree que es capaz de afrontar los problemas de manera correcta? A veces.
- ¿Expresa sus emociones fácilmente? Si.
- ¿Considera que posee muchas habilidades sociales? Sí.
- ¿Se considera una persona con autonomía? No.
- ¿Siente miedo con facilidad? Sí.

Por lo general, se considera una persona con empatía hacia los demás, con habilidades sociales y comportándose de manera asertiva ante situaciones problemáticas, sintiéndose arropada en su entorno cercano. Pero es una persona que puede perder el control con facilidad, que solo a veces es capaz de afrontar de manera correcta los problemas. Respecto a las emociones, a pesar de haber mostrado que trabaja un poco las emociones en el centro escolar, considera que sí es capaz de mostrarlas a los demás pero que no las conoce de manera profunda. Siente miedo con facilidad y no se considera una persona totalmente autónoma.

#### Sujeto 2: Familiar del menor.

Para este sujeto entrevistado la muerte es el final de la vida, cuando se pasa a vivir otra vida mejor debido a sus convicciones religiosas. Se toma la muerte como algo que llegará tarde o temprano y que hay que asumirlo de la mejor manera posible. Piensa que tratar este tema no es fácil, aunque sí necesario para llevar su llegada del mejor modo posible.

La situación vivida en casa la vivió con mucho dolor y por eso se le hizo más difícil transmitirlo a sus hijos. Ella transmite en casa que lo importante es mostrar amor en vida para llevar la muerte de un modo llevadero cuando ésta llega. Considera que intentaba dar a su hijo el espacio necesario para mostrar lo que sentía, aunque al no tener las herramientas necesarias para sobrellevarlo le costaba un poco de trabajo y acababa derrumbándose.

Respecto a si ha recibido alguna vez formación acerca de cómo sobrellevar este tema en casa, nos dice que nunca ha recibido formación de este tipo y que tuvo que llevar a su hijo a un psicólogo (aspecto que anteriormente el menor ni siquiera nombra en su entrevista, no sabemos si por vergüenza debido a la sociedad en la que actualmente vivimos o porque ha sido un tema que ha intentado borrar por completo de su pasado).

Ella, sin embargo, reconoce la gran ayuda que aportó dicho profesional ante la situación que estaba viviendo con su hijo en aquel momento.

En referencia a las características emocionales, considera que es importante y oportuno trabajar las emociones de sus hijos, ya que así podrían evitarse males mayores. Y que normalmente intenta crear espacios abiertos y libres en casa para expresar dudas y preocupaciones, aunque debido al tiempo y las ganas del resto de familiares, se le hace un poco complicado. Este es un aspecto que le gustaría mejorar en casa. Se considera una persona hábil emocionalmente, aunque a veces de manera inevitable piensa en rendirse ante situaciones diversas.

Piensa que su hijo es un niño fuerte y responsable en su día a día, pero que la situación le desbordó y que, si hubiese recibido algunas indicaciones, por ejemplo, del centro educativo, todo hubiese sido más sencillo.

Respecto al autocontrol, el sujeto 2 se considera una persona con dificultad para mantener la calma ante algunas situaciones y para actuar de un modo asertivo, pero que siempre intenta tomar la decisión más adecuada y en beneficio de todos.

Se considera una persona correcta con una autoestima “normal”, pero siempre con tendencia a mejorar. Ante las críticas procura escucharlas con respeto y propósito de mejora. Con cualidades positivas, destacando la educación, la disciplina y el orden como factores fundamentales en su vida. A pesar de ello, dice ser una persona que se castiga mucho ante un error, pero que es algo que intenta ir modificando cada día.

En referencia al lenguaje expresivo, este sujeto es una persona que es capaz de expresar sus sentimientos, de hecho, considera que a veces en exceso.

Siente miedo ante nuevas situaciones al principio, pero luego intenta afrontarlo lo mejor posible, ya que se considera una persona muy desenvuelta, por lo que su ansiedad no es elevada. Pero sí dice que se preocupa mucho por los problemas, incluso por aquellos que no le corresponden. En ocasiones puede sentirse oprimida, pero generalmente no en su día a día.

Por último, se le preguntó acerca del ámbito escolar y nos dijo que sí consideraba oportuno que el proceso de duelo fuese trabajado en el colegio mediante la pedagogía de la muerte, ya que los niños son esponjas y al igual que les afecta lo bueno, las desgracias también las llevan a su terreno. En su casa sí se fomenta la relación escuela-familia,

aunque sólo por su parte, intentando siempre transmitir toda la información al resto del núcleo familiar. Considera que, si esta relación en aquel momento hubiese sido más fuerte, quizás las cosas se hubiesen llevado de un modo más llevadero y satisfactorio para su hijo.

### Sujeto 3: Profesional docente.

En primer lugar, se comenzó preguntando qué era la muerte para ella, a lo que respondió que es uno de los mayores temores que hoy en día se nos presenta, sin saber explicar de manera concreta qué supone dicho concepto para ella. Esta profesional de la docencia considera que es un tema que poco a poco ha ido cambiando, pero que aún queda mucho por mejorar y que sería una manera de evitar situaciones problemáticas que pudieran surgir en un futuro.

Respecto al hecho de si un proceso de duelo mal gestionado puede afectar o no en el futuro personal de un modo problemático, considera que sí, sobre todo dentro del ámbito emocional. Ella lo comenta desde su propia experiencia, la cual ha provocado en ella miedo e inseguridad. Viendo como mayor apoyo la unión familiar y, por supuesto, la importancia de que en el ámbito educativo se aporten guías y herramientas para poder llevar esto de la mejor manera posible dentro del inevitable malestar.

En referencia a las características emocionales, es una persona que reconoce, expresa y maneja fácilmente sus emociones, pero se siente una persona especialmente sensible, con autocontrol ante situaciones problemáticas, capaz de tomar decisiones adecuadas a su debido tiempo y tratando de relacionarse siempre de un modo asertivo y respetando las opiniones de los demás.

Cuando le preguntamos sobre la autoestima, hizo referencia a que se considera una persona con aspectos tanto negativos como positivos, pero destacando en mayor grado los positivos, con una autoestima aceptable después de haber pasado por malos momentos. Teniendo siempre en cuenta las críticas constructivas que recibe, pero que, debido a su sensibilidad, le afectan, padeciendo ante lo que los demás puedan pensar de ella.

Respecto al lenguaje expresivo, suele abrirse a los demás con facilidad, desahogarse y mostrar sus emociones con facilidad, incluso a veces más de lo que debería. Por otro lado, en lo referente a la ansiedad, le cuesta afrontar los cambios bruscos, aunque ha ido

mejorando con el paso de los años. Suele preocuparse por los problemas tanto propios como los ajenos, aunque siempre intenta expresar sus emociones sin sentirse oprimida.

Por último, dentro de las características profesionales, ha expuesto que sí considera necesario trabajar la muerte en el centro educativo como método preventivo, ya que resulta una buena forma de dar espacio a los pequeños para mostrar sentimientos, conocer conceptos que durante mucho tiempo han resultado tabú en una sociedad, como una importante vía de prevención. Pero, por el contrario, como docente, nunca ha recibido formación de este tipo, aunque sí le gustaría recibirla.

Para finalizar la entrevista, ha comentado que sí ha vivido algún caso, a lo largo de su carrera profesional, donde ha visto a un niño que se mostraba cabizbajo, con miedo y perdido ante lo que estaba viviendo.

## **7. Diseño del programa**

### **7.1. Introducción**

Lo que veremos a continuación será el planteamiento de un Programa formativo acerca de la competencia emocional a través de la pedagogía de la muerte. En él podremos ver los diferentes objetivos que se pretenden lograr, los materiales necesarios, la temporalización que el programa conlleva, la metodología empleada para el desarrollo y la realización de las diferentes actividades, así como el desarrollo de las propias sesiones a llevar a cabo. Se trata de unas sesiones enfocadas al desarrollo de la competencia emocional con base en la pedagogía de la muerte trabajada de manera tanto concreta como transversal durante el curso educativo en el primer ciclo de Educación Primaria pretendiéndose el desarrollo de esta competencia de la manera más beneficiosa posible para los menores de dicha etapa educativa.

### **7.2. Justificación**

El desarrollo de este Programa Formativo ha sido llevado a cabo una vez recogidas las respuestas de los sujetos encuestados y se ha hecho en base a las necesidades detectadas y teniendo en cuenta la bibliografía especializada, la cual ha sido trabajada de manera minuciosa que hará que la aplicación del programa en cuestión sea más extensiva.

Las actividades que se verán a continuación han sido llevadas a cabo para fomentar el trabajo de la competencia emocional a través de la pedagogía de la muerte. Los sujetos muestran ser personas sensibles emocionalmente, por lo que se ha visto la necesidad de trabajar la competencia emocional y la importancia que tiene que ésta sea trabajada desde

edades tempranas como prevención de problemas futuros. Todos los sujetos entrevistados han mostrado interés sobre el trabajo y la naturalización de la muerte en los centros educativos, así como la necesidad de aportar las herramientas necesarias para trabajar el ámbito emocional, como pilar fundamental para el proceso de duelo. Siendo en ellos la muerte un tema del que normalmente evitan hablar y hacerle frente.

### **7.3. Objetivos**

Los objetivos de cada actividad se verán expuestos dentro de cada una de ellas en las tablas que podemos encontrar en los Anexos de manera desarrolladas. Pero teniendo en cuenta los objetivos del programa en general, en las actividades se hará referencia a los siguientes objetivos:

- Trabajar y naturalizar la muerte y el duelo.
- Identificar y comprender las propias emociones.
- Conocer y respetar las emociones de los demás.
- Suministrar herramientas y técnicas para detectar, aceptar y soportar el miedo y el sufrimiento.
- Favorecer y facilitar la expresión de sentimientos y emociones.
- Trabajar el lenguaje expresivo.
- Afianzar la percepción, facilitación y comprensión emocional.
- Trabajar la autoestima.
- Trabajar la capacidad de autocontrol y la interacción con los demás para disminuir el estrés y la ansiedad.
- Fomentar la reflexión personal.
- Consolidar la escucha y participación activa.
- Trabajar la imaginación.
- Fomentar la relación con los demás y el respeto.
- Fomentar el trabajo en grupo y mejorar la convivencia.
- Trabajar las diferentes emociones.
- Fomentar la atención.



- Trabajar el optimismo y la positividad.
- Mejorar las habilidades sociales.

#### **7.4. Materiales**

Los materiales necesarios para la realización de cada actividad podrán verse expuestos de manera específica dentro de las tablas que encontramos en el Anexo 6.

#### **7.5. Temporalización**

Las sesiones serán desarrolladas a lo largo de los tres trimestres de un curso escolar con la intención de trabajar la competencia emocional a través de la pedagogía de la muerte durante todo el año educativo de los niños de la primera etapa de Educación Primaria, para poder afianzar los contenidos que se pretende trabajar de un modo adecuado y que sean integrados correctamente de cara tanto al presente como al futuro. Trabajar la pedagogía de la muerte no resulta un objetivo del todo fácil, por lo que se debe disponer del tiempo, las ganas y las herramientas necesarias para llevar a cabo este trabajo del modo más eficaz posible.

A pesar de exponer el cronograma general del desarrollo de las diferentes sesiones, en las tablas específicas de cada actividad también aparecerá la duración destinada a cada actividad en concreto. Estas tablas podrán verse en los Anexos.

En el Anexo 5 puede verse el cronograma correspondiente al desarrollo de las diferentes sesiones propuestas. El cronograma será común para los dos cursos de la primera etapa de Educación Primaria (1º y 2º) y será un programa de larga duración aplicado durante un curso escolar.

#### **7.6. Metodología**

Todas las actividades de este programa formativo están planteadas con una metodología abierta, ya que se adapta a cualquier tipo de situación. Por otro lado, se trata de una metodología participativa y activa para los diferentes miembros involucrados en él, incitando a la reflexión, el desahogo emocional y al aprendizaje. Además, las actividades están debidamente adaptadas y enfocadas también a la participación de los miembros de la unidad familiar interesada. Se llevarán a cabo aprendizajes basados en el juego, en la música, en el cine... así como un aprendizaje tanto individual como en grupo y transversal, donde toda experiencia escolar será una oportunidad para integrar la pedagogía de la muerte, impactando no solo en lo recogido en la programación, sino que

también requiere de la participación de todos los actores que forman parte de la vida del niño.

La metodología empleada en cada actividad quedará recogida de manera específica en el desarrollo de éstas, así como en las tablas que encontramos en Anexos.

Las diferentes actividades estarán divididas en 7 bloques, con un total de 14 actividades a realizar a lo largo de todo el curso educativo. Comenzando con un taller inicial y finalizando con un taller para la reflexión. En cada uno de los bloques se trabajarán conceptos diferentes basados en la temática en cuestión y en referencia a los objetivos que se pretende lograr.

El bloque 1 “La muerte” recoge actividades enfocadas al trabajo de la pedagogía de la muerte y la reflexión sobre ello. El bloque 2 “El duelo” recoge actividades enfocadas a trabajar el duelo y a reflexionar sobre aspectos de la propia personalidad, así como a fomentar la buena relación con los demás y el respeto a los propios miedos y los ajenos. El bloque 3 “Percepción, facilitación y comprensión emocional” plantea actividades destinadas a la identificación de las emociones propias y las de los demás, así como a su comprensión y expresión. El bloque 4 “Lenguaje expresivo” hace referencia al trabajo del propio lenguaje expresivo, a trabajar las emociones y a respetar a los demás. El bloque 5 “La autoestima” como su nombre indica se trabaja aquí la autoestima, el optimismo y positivismo y se pretende favorecer la relación con uno mismo y con los demás. El bloque 6 “Autocontrol” ha sido destinado al trabajo del autocontrol, la mejora de la convivencia, el trabajo en grupo y al trabajo del estrés y la ansiedad. Y último, el bloque 7 “Interacción con los demás” ha sido un bloque enfocado en la neutralización de la muerte como parte indispensable del ciclo vital, conocer el valor de las cosas, favorecer la relación con los demás y para compartir y dialogar de manera cómoda sobre uno mismo y los demás.

### **7.7. Desarrollo de las sesiones**

#### **APERTURA**

Taller de sensibilización a familias y alumnos:

En esta actividad inicial podrán participar tanto alumnos de los cursos en cuestión como las familias que así lo deseen. Se trata de explicar qué se pretende trabajar a lo largo del curso con este programa: la muerte, el duelo, la competencia emocional y la pedagogía de la muerte. En dicho taller, los participantes podrán dar su opinión acerca de qué saben sobre la muerte y qué sienten ante ella. Por otro lado, a los familiares que acudan se les

podrán ofrecer diferentes estrategias o herramientas a utilizar en casa en el caso de que se dé alguna situación de duelo para sus hijos. No debemos olvidar la creación de un espacio para la información, la comprensión, la exposición de preguntas y la orientación para desarrollar las habilidades necesarias en el afrontamiento de pérdidas. Se espera que los participantes queden informados y animados a participar en el programa que se desea llevar a cabo.

### **Bloque 1: LA MUERTE.**

Actividad 1: ¿Qué pasa después de la muerte?

Los alumnos deberán realizar un dibujo acerca de cómo piensan que es la experiencia después de la muerte. Se deberá dar el espacio adecuado al alumno para la realización de dicha actividad para que la lleven a cabo de un modo tranquilo y en paz, observando qué emociones se van produciendo en cada persona. Al final, el dibujo podrán exponerlo libremente al resto de sus compañeros de manera que se puedan compartir las diferentes opiniones acerca de la muerte. De modo que el profesorado podrá realizar una observación de las creencias y opiniones de cada alumno.

Actividad 2: “Siempre”

La realización de dicha actividad se llevará a cabo en base a un cuento infantil llamado “Siempre”. En primer lugar, el docente contará el cuento en una asamblea con todo el grupo, después habrá un espacio para preguntas y los niños deberán expresar de manera libre cómo se sentirían en caso de estar dentro del cuento. Para finalizar, el grupo completo deberá inventar otro final para dicho cuento haciendo que todos sean protagonistas de éste.

### **Bloque 2: EL DUELO.**

Actividad 1: “Conozco mis miedos”

En primer lugar, se abrirá la sesión a través de la visualización de cómo es tu miedo. En segundo lugar, se hablará un poco sobre qué han podido ver en el vídeo, cómo se han sentido... y por último el docente pedirá a los niños que dibujen su miedo, dándole color y forma y en qué lo transformarían, dándole un nuevo color y una nueva forma. Para finalizar la sesión, se hará un gran mural de clase con el antes y el después de los miedos de cada uno de los alumnos.

Actividad 2: ¿Qué puedo hacer cuando lo estoy pasando mal?... ¡Mis cosas favoritas!

El docente introducirá la actividad preguntando a cada uno de sus alumnos en qué momento considera que lo pasa mal, ante qué situación. Una vez que todos los alumnos hayan tenido su turno de palabra, deberá exponer a sus alumnos que, para combatir esos momentos “feos”, se pueden hacer nuestras cosas favoritas. Por parejas, deberán compartir esos momentos o cosas favoritas y después cada alumno comentará la cosa o situación favorita de su pareja de clase, de manera que será compartido a todo el grupo.

### **Bloque 3: PERCEPCIÓN, FACILITACIÓN Y COMPRENSIÓN EMOCIONAL.**

Actividad 1: Y tú, ¿qué sientes?

En primer lugar, se debe reforzar el conocimiento de las diferentes emociones.

En esta actividad los alumnos deben ser capaces de percibir sus propias emociones ante diferentes imágenes que el docente mostrará en el proyector. Creando un espacio para la reflexión y la comprensión emocional. Los alumnos podrán expresar sus sentimientos y emociones ante las diferentes imágenes.

Actividad 2: ¿Qué te provoca esta melodía?

El profesor explicará las diferentes emociones, además de que la música puede provocar diferentes emociones y sentimientos en las personas. En segundo lugar, se colocará en el suelo un papel continuo y los alumnos a cada lado deberán ir pintando el escenario en blanco con pinturas de colores según lo que sientan ante las diferentes melodías que el docente va poniendo.

### **Bloque 4: LENGUAJE EXPRESIVO.**

Actividad 1: ¿Cómo muestras las diferentes emociones?

En primer lugar, se reforzarán las diferentes emociones. Después el docente hará parejas con el grupo clase y entre las parejas deberán decirse qué emoción van a expresar ambas personas de la pareja, o bien cada uno alternándose y alternando emociones. Si la actividad resulta complicada, contarán con la ayuda del docente.

Actividad 2: El color de tus emociones

Después de volver a recordar las diferentes emociones que existen y que se pueden sentir (puede hacerse mediante los personajes de la película *Del revés*), se ofrecerá dibujos a los

alumnos que deberán colorear del color que sientan dicha emoción. Una vez finalizados, deberán justificar ante el grupo clase por qué dichas emociones están asociadas a esos colores.

### **Bloque 5: AUTOESTIMA.**

Actividad 1: El cine.

Se trabajará la autoestima a través de la película de *Kung fu Panda 1* (recomendada a partir de 5 años), donde se transmiten valores como: no hay que tener miedo a salir de la rutina, todo es posible, tú eres capaz... se deberá crear un espacio donde los alumnos puedan ver cómodamente la película, sin interrupciones. Una vez finalizado el visionado de la película, se llevarán a cabo actividades sobre ella con apoyo de diversos materiales.

Actividad 2: La capa positiva y la capa negativa.

Se llevará a cabo un juego que trabaja, además de la autoestima, el optimismo y la positividad. Se trata de pedir a los niños que se pongan unas capas imaginarias muy especiales. A través de ellas sólo verán lo positivo que hay en el mundo. Se pedirá a los niños que escriban cualidades de sus amigos o familias, mientras llevan la capa positiva puesta. Estos mensajes supondrán un gran estímulo para la confianza de los niños a través del reconocimiento de sus iguales. Por otro lado, también podrán ponerse la capa negativa centrándose entonces en los aspectos negativos. De modo, que se les podrá preguntar cuál de las dos capas prefieren llevar puesta y ayudarles a diferenciar su actitud frente a las diversas situaciones.

### **Bloque 6: AUTOCONTROL.**

Actividad 1: ¡La nave está fuera de control!

Se realizará una nave con diferentes materiales y cada uno irá exponiendo con la nave en movimiento qué situaciones le provocan perder el control, de modo que la nave ¡perderá el control! Hasta llegar a su próximo compañero que realizará la misma función. Será un modo de conocer en qué situaciones los alumnos son capaces de tener autocontrol y en cuáles, por el contrario, no.

Actividad 2: Mindfulness.

El docente explicará que ante la pérdida de un ser querido se vive un proceso de duelo y se puede llegar a perder el control de las emociones. Por lo que es necesario buscar

ejercicios de relajación para podernos controlar ante dichas situaciones de descontrol. Con lo que se ofrecerán diferentes pequeñas sesiones de mindfulness, para que los alumnos conozcan y trabajen la relajación.

### **Bloque 7: INTERACCIÓN CON LOS DEMÁS.**

#### Actividad 1: Mi árbol de vida

Esta actividad en especial necesita de la ayuda de las familias, de manera que los alumnos deberán recopilar información sobre los miembros de su familia, toda información será buena para la realización en clase de un pequeño árbol genealógico. Podrán llevar fotografías, pequeñas anécdotas, etc. Los familiares que así lo deseen, podrán participar en esta sesión en el aula. Al finalizar el árbol, lo podrán enseñar y compartir con el resto de los compañeros.

#### Actividad 2: ¿Qué hay en mi corazón?

Qué hay en mi corazón es una actividad que llevará a la reflexión, a compartir y a dialogar con uno mismo y con los demás. En primer lugar, el grupo clase será dividido en cuatro partes. Se realizará un corazón grande sobre una cartulina roja por grupo, donde después de completar unas frases que aportará el profesor, se colocarán sobre este corazón para dejarlos puestos en clase. Las frases para completar serán: siento amor por..., siento ira por..., siento miedo hacia..., siento cariño hacia... siento asco hacia... siento tristeza por.... Además de completar con un nombre o una palabra las diferentes frases, podrán aportar un pequeño dibujo en referencia a la frase. La actividad será realizada en grupo para fomentar las relaciones interpersonales, que los alumnos se conozcan entre ellos en profundidad y que puedan compartir las diferentes emociones.

### **FINAL- CIERRE**

#### Taller para la reflexión:

Llegados al final del programa, se llevará a cabo un último taller para la reflexión y la obtención de conclusiones. Se contará con la presencia de las familias que deseen acudir a dicho taller. Las familias, por un lado, podrán compartir qué han contado sus hijos en casa, cómo se han sentido y cómo lo han transmitido. Por otro lado, los propios alumnos podrán expresar si les ha gustado, cómo se han sentido y que han aprendido. No debemos olvidar que a pesar de llevar a cabo sesiones específicas acerca de la pedagogía de la muerte, esto será un tema transversal que podrá ser tratado a lo largo de todo el curso

dentro del ámbito tanto educativo como familiar, aprovechando cada situación que se dé en la vida del menor para afrontar la existencia de la muerte de un modo natural. Por otro lado, nos gustaría hacer referencia a que las actividades expuestas deben ser trabajadas con mucho tacto para no herir la sensibilidad del alumnado.

Las actividades desarrolladas de manera específica podrán encontrarse en el Anexo 6.

## **8. Conclusiones**

El objetivo principal de este Trabajo Fin de Grado era el de elaborar un programa formativo para trabajar la competencia emocional infantil en el ámbito de la pedagogía de la muerte. Un material que resultase pedagógicamente adecuado para escolares, aportando recursos para su buen desarrollo en la vida personal y emocional de cada uno de ellos.

Hemos realizado un estudio de carácter cualitativo, destacando las necesidades de un menor, su madre y una profesional de la docencia en menores, mediante adecuados instrumentos como entrevistas y formularios basadas en diversas dimensiones (características personales sobre el duelo, características emocionales, autocontrol, autoestima, lenguaje expresivo, ansiedad, características del ámbito escolar, características profesionales), donde ha quedado reflejada una baja capacidad emocional en la mayoría de las dimensiones expuestas.

En las diferentes entrevistas se ha podido observar cómo destaca la necesidad de obtener herramientas emocionales necesarias para el afrontamiento del duelo, ya que en las tres ocasiones ha supuesto un tema no tratado o evitado, destacando la necesidad educativa en lo referente a dicha temática. Una vez realizado el diagnóstico de necesidades, así como el análisis de otros programas referentes, se diseñó un programa acorde con los mismos, siendo estos programas y la revisión de la literatura existente el fundamento de nuestro programa. Está compuesto por siete bloques (la muerte, el proceso de duelo, la percepción, facilitación y competencia emocional, el lenguaje expresivo, la autoestima, el autocontrol y la interacción con los demás), abriendo y cerrando el programa dos talleres de apertura y cierre, entendidas estas dimensiones como las necesarias para el trabajo de la competencia emocional dentro de la pedagogía de la muerte. Cada uno de estos bloques, a su vez compuestos por dos actividades específicas que trabajan en profundidad la competencia emocional que harán posible un desarrollo personal basado en el bienestar.

- Implicaciones:

Debido a la complejidad de la temática abordada, quizás la principal implicación a destacar sea la necesidad de elaborar más herramientas en base a las dimensiones expuestas. Por otra parte, desarrollar también programas pedagógicos que aborden más el contexto familiar y profesional docente de un modo concreto. Todo esto podría suponer un avance para una práctica educativa más óptima. Por último, destacar la importancia de elaborar programas enfocados en otros cursos educativos, ya que al fin y al cabo no deja de ser una temática delicada para cualquier edad.

- Limitaciones:

Entre las limitaciones principales de nuestro trabajo, cabe especificar algunas de orden epistemológico y otras de carácter social.

Entre las primeras limitaciones, podríamos mencionar la poca información o la escasez de programas específicos sobre temas de esta índole, con lo que en algunas ocasiones ha impedido en cierto modo una documentación muy profunda.

Por otro lado, señalar la dificultad para analizar de manera objetiva las diferentes respuestas personales de los sujetos entrevistados, por lo que a pesar de haber sido pruebas relativamente aceptables desde un punto de vista metodológico, es un punto de mejora. Ya que analizar la vida emocional y sobre todo en lo referente a la muerte, no ha sido extremadamente sencillo. Señalar también, que a pesar de ser un programa formativo realizado en base a datos científicos previamente analizados y a necesidades reales detectadas no ha sido llevado a cabo aún en ningún centro o situación real.

Por último, podría destacarse la escasa formación escolar que se recibe acerca de la pedagogía de la muerte para el trabajo de la competencia emocional. Trabajar en el ámbito emocional dentro del sistema educativo supondría numerosos avances en lo referente al bienestar personal del alumno y de su alrededor.

Nuestro programa, aunque de manera intencionada va dirigido a los menores y con ello, al ámbito escolar y familiar en los que normalmente desarrolla la mayor parte de su tiempo diario, finalmente está dirigido a ser aplicado en las aulas.



## Referencias bibliográficas

- Albets-Segura, L. y Peña-Álvarez, C. (2016). Lenguaje expresivo en Educación Infantil: clave para la estimulación de Inteligencias Múltiples. *Reidocrea*, 31(5), 316-321. <https://bit.ly/3Fho4sQ>
- Arnaiz, V. (2003). Diez propuestas para una pedagogía de la muerte. *Aula de Innovación educativa*, 122, 59-61. <https://bit.ly/3JiyysW>
- Ato-Lozano, E., González-Salinas, C. y Carranza-Carnicero, J.A. (2004). Aspectos evolutivos de la autorregulación emocional en la infancia. *Anales de psicología*, 20(1), 69-79. <https://bit.ly/3Th1giG>
- Bertoglia- Richards, L. (2005). La ansiedad y su relación con el aprendizaje. *Revista de la escuela de psicología*, 4(1), 13-18. <https://bit.ly/3lbVUIM>
- Bisquerra, R. (2012). De la inteligencia emocional a la educación emocional. *Cómo educar las emociones*, 1, 24-35. <https://bit.ly/3FpkzjV>
- Brioa-García, R. (2020). *Pedagogía de la muerte en Educación Infantil. Propuesta de intervención "Tras la huella de la muerte"*. [Trabajo Fin de Grado]. Universidad de Valladolid. <https://bit.ly/3mSUIzN>
- Colomo- Magaña, E. y De Oña- Cots, J.M. (2014). Pedagogía de la Muerte. Las canciones como recurso didáctico. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 12 (3), 109-121. <https://bit.ly/3j2TN9c>
- Colomo-Magaña, E., Gabarda-Méndez, V. y Motos Sellés, P. (2018). Pedagogía de la muerte: estudio sobre la ansiedad ante la muerte en profesionales de la educación. *Innoeduca. International Journal of Technology and Educational Innovation*, 4(1), 62-70. <https://bit.ly/3WHVmYc>
- De la Herrán Gastón, A. y Cortina Selva, M. (2007). Introducción a una Pedagogía de la Muerte. *Indivisa*, 8, 127-144. <https://bit.ly/3vfzAzh>
- Dueñas Buey, M. L. (2002). Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa. *Revista de la Facultad de Educación*, 5, 77-96. <https://bit.ly/3Ze6FZ2>
- Guillén-Guillén, E., Gordillo-Montaña, M.D., Ruiz-Fernández, I. y Gordillo- Solanes, T. (2013). Crecer con la pérdida: El duelo en la infancia y adolescencia. *International*

*Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2 (1), 493-498.  
<https://bit.ly/3Jbarhg>

Heras-Sevilla, D., Cepa-Serrano, A. y Lara-Ortega, F. (2016). Desarrollo emocional en la infancia. Un estudio sobre las competencias emocionales de niños y niñas. *Revista de Psicología* 1(1), 67-74. <https://bit.ly/3JL7Uuf>

Londoño-Hoyos, C.M. y Mejía-Vélez, G.A. (2021). Las Relaciones Interpersonales en contextos educativos diversos: estudio de casos. *Revista Perspectivas*, 6(21), 25-40. <https://bit.ly/429iL8t>

Murillo-Torrecilla, J. (2006). La entrevista. *Madrid, España: Universidad Autónoma de Madrid*, 1-20. <https://bit.ly/3lnn0gb>

Marín- Ríos, L.F., Vallejo-Gerena, S., Niño-Camacho, L. y García-Arbeláez, J. (2016). Socioafectividad y desarrollo moral en la primera infancia. *Horizontes Pedagógicos*, 18(1), 73-80. <https://bit.ly/3JCAvC3>

Martino-Alba. R. y Del Rincón- Fernández, C. (2012). El duelo en la infancia y cómo dar malas noticias. *Pediatr Integral*, 16 (6), 1-4. <https://bit.ly/3Jg77Qo>

Ojeda-Martínez, Y.C. (2022). *Lenguaje Expresivo en niños de Educación Infantil*. [Tesis doctoral]. Universidad César Vallejo. <https://bit.ly/3JzUnpo>

Ortega, A. (2019). *Vivir en Inteligencia Emocional* (2ª ed.). Alegoría.

Panesso-Giraldo, K. y Arango-Holguín, M.J. (2017). *La autoestima, proceso humano*. *Departamento de Psicología*, 14(9), 1-9. <https://bit.ly/3Jz dqA7>

Ramos- Pla, A. (2022). La Educación Emocional como eje vertebrador de la pedagogía preventiva o previa a la muerte. *Revista Internacional de Pedagogía e Innovación Educativa*, 2 (2), 157-180. <https://bit.ly/3FtTuMs>

Ramos -Pla, A. y Camats Guardia, R. (2016). Fundamentos para una pedagogía preventiva sobre la muerte en la escuela. *Revista Complutense de Educación*, 29 (2), p. 527-538. <https://bit.ly/42g6fEi>

Ramos-Pla, A., Gairín, J. y Camats, R. (2018). Principios Prácticos y Funcionales en Situaciones de Muerte y Duelo para Profesionales de la Educación. *Revista*

*Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 16 (1), 21-33.  
<https://bit.ly/3mT1Bfl>

Ramos- Pla, A., Gairín Sallán, J. y Camats Guardia, P. (2020). Percepciones educativas en la relación a la pedagogía de la muerte. *Espacios*, 41 (4), 4-11.  
<https://bit.ly/3YRMyAM>

Ríos-Tonguino, J.M. (2020). *Autocontrol emocional, la clave está en la forma cómo interpretamos nuestras emociones*, 1-18. <https://bit.ly/3T9SWkJ>

Rodríguez Herrero, P., De la Herrán Gascón, A., y Cortina Selva, M. (2019). Antecedentes internacionales de la Pedagogía de la muerte. *Foro de Educación*, 17(26), 259-276. <https://bit.ly/42gHVID>

Siracusa, C.F. (2010). *Educación para la muerte: estudio sobre la construcción del concepto de muerte en niños de entre 8 y 12 años de edad en el ámbito escolar. Propuesta de un programa de intervención*. [Tesis Doctoral]. Universidad de Granada.  
<https://bit.ly/3Tf6Q59>

Turrión-Martínez, A. (2021). *Educación para la muerte, esencial para la vida: una propuesta de intervención para educación infantil*. [Tesis Doctoral]. Universidad Católica de Valencia. <https://bit.ly/3Llhghn>

Urbano-Gómez, P. A. (2016). Análisis de datos cualitativos. *Revista Fedumar Pedagogía y Educación*, 3(1), 113-126. <https://bit.ly/42dAtb7>

Villamor-Ruiz, E.M., Gómez-Coca, S y Ortiz-Fernández, S. (2017). Pedagogía terapéutica sobre el duelo en jóvenes. *Revista de Transmisión del Conocimiento Educativo y de la Salud*, 9 (1), 57-64. <https://bit.ly/3Wi3rIT>

Yoffe, L. (2003). El duelo por la muerte de un ser querido: creencias culturales y espirituales. *Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad*, (3), 127-158.  
<https://bit.ly/3hP3dEw>

## Anexos

### Anexo 1: entrevista al menor.

<b>ENTREVISTA ABIERTA AL MENOR</b>	
<p>Se está llevando a cabo un programa formativo acerca de la competencia emocional infantil en el ámbito de la pedagogía de la muerte.</p> <p>Estas preguntas serán realizadas bajo el anonimato de la persona que responde y resultaría de gran utilidad que fueran respondidas de manera sincera, ya que, con ellas se pretende detectar las necesidades que hoy en día, se muestran respecto a este tema.</p> <p>Puede responder de manera libre y abierta a cada una de estas cuestiones, siempre sintiéndose cómodo/a ante ellas.</p>	
<b>Características personales sobre el proceso de duelo</b>	
1. ¿Qué es para usted la muerte?	<p><b>Para mí la muerte está basada en miedo y sobre todo en algo que no conozco y me da miedo conocer, un tema muy complicado de tratar y delicado, ya que por dentro por mi sensibilidad no me gusta llevar a cabo estos temas e intento evitarlo lo máximo posible. Le tengo mucho respeto hacia ello y el significado más directo para mí es perder algo muy querido, algo que no voy a poder volver a ver más. Pero también en el ámbito religioso el comienzo a una nueva vida llena de fe.</b></p>
2. ¿Se sintió acompañado y guiado por sus familiares en el proceso de duelo vivido?	<p><b>Gracias a dios, cuando he perdido un ser querido ha sido de pequeño, por lo que creo que psicológicamente no he sabido llevarlo muy bien, pero al fin y al cabo por los consejos de adultos, familiares y amigos, creo que, si me he sentido arropado y sintiéndome un poco fuerte, yo mismo y he intentado llevarlo hacia delante, porque desde mi punto de vista, no hay que atascarse en un bache, porque la vida es una y hay que vivirla y va a estar llena de ellos. Además, hay que afrontarla con sus consecuencias y asumirla. Sobre todo, siendo fuerte contigo mismo y estando mentalmente concienciado. Eso es lo que pienso desde mi sincero punto de vista.</b></p>
3. ¿Cree que reaccionaría hoy en día del mismo modo que lo hizo en aquel momento?	<p><b>No, creo que ahora podría sentirme más fuerte mentalmente más preparado para ello, gracias a mis reflexiones internas y la poca experiencia que tenido a mi edad.</b></p>

<p><b>La verdad que no me siento preparado y solo pienso que ojalá tarde mucho en pasar.</b></p>
<p>4. ¿Recibió ayuda? ¿puedes decirnos qué tipo de ayuda?</p> <p><b>Sí, sobre todo de gente cercana, y sobre todo la ayuda de ser más fuerte mentalmente y el impulso de que todo no se acaba ahí, sino que hay más vida por delante y no hay que atascarse. Aún así, fue un proceso complicado.</b></p>
<p><b>Características emocionales</b></p>
<p>5. Después de haber vivido un proceso de duelo por la pérdida de un ser querido, ¿qué sentimiento destacaría de aquel momento?</p> <p><b>Soledad, me sentía extraño, tristeza, sin consuelo, pesimista, necesitando a alguien que me apoye, empático y, sobre todo, con miedo. Lo recuerdo como una mala racha en la que no sabía bien que estaba pasando y sintiendo algo terrible.</b></p>
<p>6. ¿Cuáles eran o son sus miedos ante este tema?</p> <p><b>La verdad que me ha costado mucho responder a este tema, aunque creía que le tenía más miedo de lo que le he tenido, pero sobre todo es la inseguridad, el extrañar a la pérdida, el atascarse o simplemente no poder compartir más con esa persona y eso para mí es una de las cosas que más me cuestan, porque soy muy sensible ante las emociones fuertes.</b></p>
<p><b>Ansiedad</b></p>
<p>7. ¿Siente miedo ante las nuevas situaciones inesperadas que puedan surgir en su día a día?</p> <p><b>La verdad es que sí, siento mucho miedo, pero mi tranquilidad es que tengo gracias a dios gente en la que apoyarme y voy sintiéndome cada vez más fuerte.</b></p>
<p>8. ¿Se preocupa demasiado por los problemas?</p> <p><b>La verdad que en el pasado si me preocupaba mucho, pero ahora poco a poco cuando he ido reflexionando, le intento dar importancia a lo que de verdad la tiene y quitársela a lo que no. Sobre todo, para ser feliz yo mismo y no tener cargas en mi cuerpo, que son menos de lo que son. Y poder hacerlo todo más llevadero.</b></p>
<p><b>Lenguaje expresivo</b></p>

9. ¿Muestra sus emociones con facilidad?

**Creo que sí muestro mis emociones con facilidad, ya que soy una persona muy sensible y me afectan mucho las emociones mías y de todo el mundo, sobre todo, porque soy muy empático. Me intento poner siempre en el lugar del otro, intentar hacer todo lo mejor posible y muchas veces por eso me llevo cargas negativas que a veces no tienen nada que ver conmigo.**

10. ¿Es capaz de expresar a los demás sus sentimientos de manera habitual?

**Yo creo que sí, porque a la vez que yo soy capaz de identificar la de los demás, yo creo que también es muy fácil de que se vean mis sentimientos, sobre todo por mi capacidad afectiva de las cosas que pasan y porque valoro mucho y analizo las cosas y cuando valoro desde los puntos de vista de muchas personas, y le doy el valor que tienen que tener los sufro hasta cuando no vienen por mi cuenta.**

### **Autoestima**

11. ¿Se considera una persona con cualidades positivas?

**Gracias a Dios, creo que como todo el mundo tengo cosas positivas, pero desde lo personal, lo que más me gusta de mí es mi sinceridad, mi empatía, mi capacidad de valorar en algunas situaciones y mi lealtad.**

12. ¿Cómo es su autoestima normalmente?

**Pues como me considero una persona muy humilde, yo creo que mi autoestima es normal, obviamente con sus altibajos, pero me gusta como es mi autoestima no porque sea súper alta siempre, sino porque siento que está en su nivel.**

13. ¿Le preocupa lo que los demás puedan pensar?

**La verdad es que generalmente no, y es una de las cosas que me ha costado entender. Yo creo que si yo soy feliz y obviamente no hago nada malo para los demás, a nadie le tiene que importar lo que yo haga ni como yo sea. Mientras que yo me sienta cómodo, creo que poco más me influye.**

14. ¿Cómo se siente ante las críticas?

**La verdad, que obviamente no es lo que mejor me tomo, pero como yo soy las críticas malas me dan igual, porque si a alguien no le gusta algo que a mí me gusta, la verdad es que creo que no llega a importarme del todo. Pero en las críticas en**

el buen sentido, para mejorar en algún aspecto, la recibo con mucho agradecimiento, o eso intento siempre.

#### Autocontrol

15. ¿Es capaz de transmitir las emociones negativas de un modo adecuado cuando se ve en una situación contraria a su pensamiento o una situación inesperada?

**Yo creo que sí, intento dar mi punto de vista, pero para eso intento ser razonable cuando la tengo, la tengo y cuando no, no. Es verdad que es según de como me sienta en ese momento. Hay situaciones que me he tomado regular alguna situación u opinión inesperada.**

16. ¿Tolera las opiniones de los demás cuando son contrarias a la suya?

**Sí, por lo general sí y es una cosa de la que más me gustan de mí cuando logro conseguirlo.**

**Cuando alguien lleva la razón la lleva y lo tengo que admitir. Pero cuando estoy seguro de que algo no es y me lo debaten, la verdad es que no me lo tomo muy bien.**

#### Interrelación con los demás

17. ¿Suele escuchar las emociones de los demás y responder de manera empática?  
**Sí, y muchas veces como he dicho antes es una de las cualidades que más me gustan de las que tengo, y me siento feliz cuando me pongo en el lugar del otro y satisfecho cuando ayudo entendiendo al otro.**

18. ¿Sueles interesarte por los demás?

**Sí, sobre todo para comprender mejor las situaciones de las personas y así la valoro pensándolas en mí mismo y compartiendo las soluciones que yo daría si fuera esa persona.**

#### Características escolares

19. ¿Es la muerte un tema que se haya trabajado con normalidad en el colegio para guiar como sobrellevar el proceso de duelo?

**La verdad que con mucha normalidad no se ha tratado, ya que yo el significado que me llevo es muy malo, que es lo peor. Por lo único que se puede salvar un poco este tema es por las clases de religión que se lo enfocaban al comienzo en un paraíso, pero por lo demás, un significado muy malo y supongo que de ahí vendrá el miedo que yo le tengo a ese tema.**

- En el caso de ser **no** la respuesta, ¿cree que le hubiera ayudado haber tenido contacto con este tema previamente?

**Sí, la verdad es que creo que me hubiera servido de ayuda, aunque con miedo a tratarlo, pero haciendo las cosas bien, creo que me hubiera sentido más fuerte mentalmente al saber que puedo ir afrontando una pregunta en la que me encuentro un poco delicado para responder.**

- En el caso de ser **sí** la respuesta, ¿cómo fue su experiencia?

20. ¿Conoce las emociones? ¿sueles trabajarlas en el colegio?

**Las emociones sí las he trabajado en el colegio, sobre todo con las orientadoras.**

- En el caso de ser **no** la respuesta, ¿Cree que sería oportuno trabajarlas? ¿porqué?

- En el caso de ser **sí** la respuesta, ¿De qué manera lo hace?

**Pues lo hacemos pensando en cómo afectan las diferentes emociones, cómo se actúa y cómo reaccionar ante ellas. La verdad es que damos este tema un poco resumido y no en mucha profundidad, pero yo en mi caso como soy un poco sensible ante todo esto me lo he tomado un poco exagerado y lo he podido vivir con intensidad para saber qué soluciones darle a cada una y como vivir las positivas. O al menos, eso creo.**

#### **CIERRE**

¿Cómo se ha sentido al responder estas preguntas acerca de la muerte?

**Pues la verdad es que finalmente me he sentido fuerte, pero sin dejar de pensar en que es un tema que por lo general me cuesta responder y hablar de él, un tema delicado en lo que siempre he tenido mucho miedo de tratar y mucho sentimiento que expresar negativos. Pero pienso que hablar de este tema desde pequeño me podría haber ayudado a ser más fuerte.**



Anexo 2: Google Forms realizado por el menor.

[https://docs.google.com/forms/d/1J9t9xsPYTx5YTtKewDJ8N\\_UmocSyqpazsA24jFAMF3g/edit#responses](https://docs.google.com/forms/d/1J9t9xsPYTx5YTtKewDJ8N_UmocSyqpazsA24jFAMF3g/edit#responses)

Anexo 3: entrevista al familiar del menor.

<b>ENTREVISTA AL FAMILIAR DEL MENOR</b>
<p>Se está llevando a cabo un programa formativo acerca de la competencia emocional infantil en el ámbito de la pedagogía de la muerte.</p> <p>Estas preguntas serán realizadas bajo el anonimato de la persona que responde y resultaría de gran utilidad que fueran respondidas de manera sincera, ya que, con ellas se pretende detectar las necesidades que hoy en día, se muestran respecto a este tema. Puede responder de manera libre y abierta a cada una de estas cuestiones, siempre sintiéndose cómodo/a ante ellas.</p>
<p><b>Características personales sobre el proceso de duelo</b></p>
<p>1. ¿Qué es para usted la muerte?</p> <p><b>Para mí la muerte es el final de la vida y pasar a vivir otra vida donde no hay dolor donde todo es felicidad y amor. Eso es lo que pienso por mis convicciones religiosas Es el conformismo que tengo de la muerte, que por suerte o por desgracia, llegará en el momento en que dios quiera.</b></p>
<p>2. ¿Trata el tema de la muerte de manera natural, enfrentándose a ella de la manera más natural posible? ¿por qué cree que lo hace?</p> <p><b>Intento llevarlo lo mejor posible pero no es fácil, pero pienso que no tengo más remedio que enfrentarme a ella porque a todo el mundo le va a llegar su hora tarde o temprano y por supuesto considero y trabajo para estar preparada.</b></p>
<p>3. ¿Cuál crees que fue el problema principal de la situación vivida? ¿Qué sintió?</p> <p><b>El problema principal fue la ausencia y el vacío que te queda de saber que nunca más lo vas a ver físicamente para poderlo querer y abrazar. Sentí mucha pena y dolor, aunque día a día fui superándolo (o eso creo), agarrándome a la idea de que yo en vida lo había hecho muy bien con mi padre, lo había cuidado, lo había respetado y lo había honrado como él siempre quiso, porque para eso me dio una educación excelente y así traté de transmitirlo a mis hijos. Y a ciencia cierta digo, que a las personas hay que quererla y cuidarla en vida, que eso es lo que te da fuerza para superar la pérdida. O al menos, para llevarla de la mejor manera posible.</b></p>
<p>4. ¿Cree que dio a su hijo el espacio necesario para expresar los sentimientos que en aquel momento estaba viviendo?</p>

**Yo lo intentaba, pero había momentos en los que me derrumbaba, yo a mi padre lo adoraba y eso es irremediable tienen que pasar muchos días para poder superarlo. De hecho, pues como de costumbre o como norma, puse una foto de él en casa y con el tiempo la quité porque sabía que eso me estaba haciendo daño a mi familia, o al menos eso pensaba yo. Después la volví a poner porque consideré que ya no supondría un dolor tan intenso para ninguno.**

5. ¿Ha recibido alguna vez formación acerca de cómo tratar dicha temática en casa?

**Nunca recibí formación aparte a raíz de esto llevé a mi hijo a un psicólogo y a partir de ahí me indicaron las pautas a seguir para salir un poco ante la situación que se estaba viviendo en casa y la verdad que me alegro porque creo que me sirvió de ayuda ante un tema en el que me sentía perdida.**

### **Características emocionales**

6. ¿Considera oportuno trabajar con sus hijos las emociones? ¿porqué?

**Sí que es oportuno además es importante. Así evitas males mayores porque la verdad es que tú tiendes a actuar como mejor crees pero a veces es importante la mano de un profesional o el hecho de saber trabajar las emociones tanto en casa como en el colegio.**

7. ¿Suele crear en casa espacios abiertos y libres para expresar dudas y preocupaciones sobre las diversas temáticas que puedan surgir en la vida de su hijo?

**A veces sí y a veces no. Normalmente es difícil por horarios de unos y de otros, a veces no se quiere hablar o no se tienen ganas. Por lo general, si me gustaría haber creado y dado pie a hablar de ciertos temas en casa.**

8. ¿Se considera una persona hábil emocionalmente? ¿Sabe reconocer sus propias emociones?

**Si me considero hábil, como todo ser humano, a veces se cae y uno es inevitable el no sentir que quiero rendirme ante ciertas situaciones. Pero intento recuperarme rápido, aunque a veces cueste.**

9. ¿Cómo actúa su hijo ante situaciones difíciles?

**Pues sinceramente, lo veo un niño fuerte y responsable, hasta ahora no ha tenido ninguna situación que afrontar, que sea de gran envergadura quitando la pérdida**

de un ser querido, pero ha demostrado que en su día a día afronta las cosas con seguridad y mucha responsabilidad y yo pienso, que esta actitud de mi hijo, le ayudó mucho al psicólogo y a mejorar cada día ante el problema. Además, resulta ser un niño generalmente desenvuelto, aquel problema se le hizo un mundo por que no es algo a lo que se está preparado creo.

10. ¿Qué aspectos consideras necesarios para salir de la mejor manera posible de este trance?

**Yo pienso que para salir de este trance un aspecto importante es la familia, estar juntos y muy unidos. Creo que también vendrían bien algunas indicaciones quizás en el colegio para llevar esto de la mejor manera posible. A veces solo con la ayuda familiar no es suficiente ya que en muchos casos no se está informado ni preparado para ello.**

#### **Autocontrol**

11. ¿Se considera una persona capaz de mantener la calma en situaciones difíciles?

**A mí mantener la calma me cuesta mucho, soy muy expresiva, tanto para lo bueno, como para lo malo y es verdad, que con los años voy controlándolo, pero siempre me cuesta.**

12. ¿Considera que es capaz de tomar decisiones acertadas en situaciones problemáticas?

**Yo intento tomar la decisión más acertada y que beneficie a todos, pero como es normal a veces me equivoco (creo que pocas). Soy muy sincera, y eso creo que me da fuerza para decidir de manera acertada.**

13. ¿Es capaz de transmitir las emociones negativas de un modo asertivo?

**A veces sí, pero no tengo mucha habilidad para esto.**

#### **Autoestima**

14. ¿Cree que le gustaría tener otra forma de ser?

**Estoy muy contenta de como soy normalmente, claro está que siempre con tendencia a mejorar. Cuando creo que no he actuado del todo bien pienso en que podría ser mejor.**

<p>15. ¿Cómo se siente ante las críticas?</p> <p><b>Ante las críticas procuro escucharla, y si es por mí bien pues empezar a mejorar y con propósito de no volverlo hacer.</b></p>
<p>16. ¿Se considera una persona con cualidades positivas?</p> <p><b>Pues la verdad es que sí y para mí la educación es primordial, el orden y la disciplina, creo que son factores fundamentales en el día a día de una persona y así trato y he tratado de transmitirlo.</b></p>
<p>17. ¿Cómo es su autoestima normalmente?</p> <p><b>Mi autoestima es normal, lógicamente hay días que está más baja y días que está más alta, pero soy muy responsable y pienso que esto hace o ayuda a que nada me supere.</b></p>
<p>18. ¿Suele castigarse mucho por haber cometido un error?</p> <p><b>Sí que me castigo la verdad, tengo mucho cargo de conciencia y a veces hasta que no lo cuento no me quedo tranquila, también es verdad que con el paso de los años, he ido madurando y dándome mi sitio.</b></p>
<p><b>Lenguaje expresivo</b></p>
<p>19. ¿Es capaz de expresar a los demás sus sentimientos de manera habitual?</p> <p><b>Sí. Soy muy capaz como ya he dicho antes, soy muy expresiva de hecho creo, a veces demasiado.</b></p>
<p><b>Ansiedad</b></p>
<p>20. ¿Siente miedo ante las nuevas situaciones?</p> <p><b>Lógicamente, al principio sí, pero lo afronto lo mejor posible, para eso soy desenvuelta.</b></p>
<p>21. ¿Se preocupa demasiado por los problemas?</p> <p><b>Sí que me preocupo y mucho, pero intento dar soluciones, y siempre con mejoras. A veces pienso incluso que me cargo con cosas que no me corresponden.</b></p>

22. ¿Suele sentirse oprimido normalmente?

**No me siento oprimida normalmente. Aunque en ocasiones hay situaciones que quizás no haya sabido solucionar o afrontar de manera correcta y haya podido tener ese leve sentimiento de opresión.**

#### Características acerca del ámbito escolar

23. ¿Considera oportuno que el proceso de duelo por la muerte de un ser querido sea un tema tratado en el centro escolar?

**Sí que deberían de dar consejos e indicaciones en el colegio, los niños son esponjas, igual que les afecta lo bueno, las desgracias también las llevan a su terreno y hacen de la capa, un sayo.**

24. ¿Se fomenta en casa la relación escuela-familia?

**Sí que se fomenta, aunque la que estoy más pendiente de todo soy yo y la verdad es que soy ama de casa y por horarios prácticamente lo llevo yo todo. Pero intento pasar la información a toda la familia. Quizás si hubiésemos estado todos a una en relación con el colegio, aquella situación hubiese sido un poco más llevadera...**

25. ¿Considera esta relación necesaria para abordar de manera beneficiosa esta temática?

**Por supuesto que esta relación es necesaria, además creo como acabo de decir que podrían haber mejorado las cosas de un modo más sencillo en aquel momento.**

Anexo 4: entrevista al profesional docente.

<b>ENTREVISTA A LA PROFESIONAL DOCENTE QUE HA VIVIDO UNA EXPERIENCIA SIMILAR</b>
<p>Se está llevando a cabo un programa formativo acerca de la competencia emocional infantil en el ámbito de la pedagogía de la muerte.</p> <p>Estas preguntas serán realizadas bajo el anonimato de la persona que responde y resultaría de gran utilidad que fueran respondidas de manera sincera, ya que, con ellas se pretende detectar las necesidades que hoy en día, se muestran respecto a este tema. Puede responder de manera libre y abierta a cada una de estas cuestiones, siempre sintiéndose cómodo/a ante ellas.</p>
<b>Características personales sobre el proceso de duelo</b>
<p>1. ¿Qué es para usted la muerte?</p> <p><b>La muerte es uno de los mayores temores que presento. De hecho, creo que no sabría ni explicar a ciencia cierta qué supone este concepto para mí.</b></p>
<p>2. ¿Considera que sigue siendo un tema tabú en la sociedad actual? ¿Porqué?</p> <p><b>Considero que actualmente la sociedad ha avanzado mucho respecto a tratar este tema. No obstante, sería conveniente trabajarlo más profundamente desde la infancia de modo que puedan evitarse situaciones problemáticas futuras. Por lo que a pesar de ser un tema que ha podido ir avanzando, creo que aun queda mucho por hacer y que sería oportuno empezar cuanto antes.</b></p>
<p>3. ¿Considera que un proceso de duelo mal gestionado puede traer problemas futuros? ¿Puede contar cómo ha influido su experiencia vivida en la infancia en un futuro, respecto a lo comentado en esta pregunta?</p> <p><b>Desde mi experiencia considero que sí afecta, sobre todo en el ámbito emocional. Debido a la pérdida de un ser querido y cercano en la infancia, presento mucho miedo de pasar por la misma situación de nuevo y no saber cómo gestionarlo. Creo que, por ello me cuesta trabajo hablar de este tema de manera natural y que provoca en mí, miedo e inseguridad.</b></p>
<p>4. ¿Qué aspectos considera necesarios para salir de la mejor manera posible de este trance?</p> <p><b>Desde mi experiencia, ha sido fundamental el apoyo y la unión de mi núcleo familiar. Aunque con los años de profesión considero muy necesario el apoyo y la guía escolar, donde puedan darse las técnicas o las herramientas necesarias para poder llevar todo esto de un modo llevadero para el bienestar de la persona.</b></p>

<b>Características emocionales</b>
<p>5. ¿Reconoce, expresa y maneja sus emociones con facilidad?  <b>Creo y pienso que sí. Sin embargo, soy una persona especialmente sensible con las situaciones propias y de los demás.</b></p>
<b>Autocontrol</b>
<p>6. ¿Se considera una persona con autocontrol ante situaciones que puedan alterar su bienestar?  <b>Sí. Aunque como imagino que le pasa a todo el mundo, tengo mis días y mis momentos, pero me considero una persona con autocontrol.</b></p>
<p>7. ¿Considera que es capaz de tomar decisiones acertadas en situaciones problemáticas?  <b>Sí, aunque necesito tiempo y espacio para pensar antes de tomar decisiones.</b></p>
<p>8. ¿Es capaz de transmitir las emociones negativas de un modo asertivo?  <b>Sí, intento no perder la postura en momentos que puedan alterarme.</b></p>
<p>9. ¿Tolera las opiniones de los demás?  <b>Sí, intento tomarme las opiniones de los demás como una ayuda para mí, mejorando cada día en lo que puedo.</b></p>
<b>Autoestima</b>
<p>10. ¿Se considera una persona con cualidades positivas?  <b>Sí, creo que, como todos, tengo aspectos negativos en mi personalidad, pero abundan los positivos o al menos, así intento verlo.</b></p>
<p>11. ¿Cómo es su autoestima normalmente?  <b>Buena, normalmente suelo sentirme bien... he tenido momentos peores.</b></p>
<p>12. ¿Cómo se siente ante las críticas?</p>

<p><b>Siempre tengo en cuenta las opiniones de los demás e intento mejorar. Como a todos, hay días que las críticas no son tan bien recibidas como otros.</b></p>
<p>13. ¿Le preocupa lo que los demás puedan pensar?  <b>En ocasiones. Soy un poco sensible, por lo que a pesar de todo lo que he dicho, hay momentos en los que al sentirme más baja de ánimo puede llegar a afectarme el pensamiento ajeno.</b></p>
<p><b>Lenguaje expresivo</b></p>
<p>14. ¿Es capaz de expresar a los demás sus sentimientos de manera habitual?  <b>Sí, siempre intento abrirme incluso a veces demasiado, pero creo que eso tiene su parte buena. Puedes desahogarte.</b></p>
<p>15. ¿Muestra sus emociones con facilidad?  <b>Muestro mis emociones con bastante facilidad.</b></p>
<p><b>Ansiedad</b></p>
<p>16. ¿Siente miedo ante las nuevas situaciones que puedan surgir en su día a día?  <b>Me cuesta afrontar los cambios bruscos que se presentan en mi vida, aunque lo he ido mejorando con el paso de los años.</b></p>
<p>17. ¿Se preocupa demasiado por los problemas?  <b>Sí, suelo preocuparme mucho por los problemas, tanto míos como por los de los demás.</b></p>
<p>18. ¿Suele sentirse oprimido normalmente?  <b>No. Suelo expresar mis emociones con facilidad o eso intento.</b></p>
<p><b>Características profesionales</b></p>
<p>19. Como profesional de la educación ¿considera necesario trabajar la muerte en el centro educativo como método preventivo?  <b>Sí, porque considero que es una buena manera de dar espacio a los pequeños para mostrar sentimientos, conocer conceptos que durante</b></p>



mucho tiempo han resultado tabú en una sociedad donde se tiende a trabajar solo lo sencillo y bonito...  
Creo que es un modo de anticiparnos a evitar problemas y malestar futuros.

20. ¿Ha recibido formación profesional para abordar este tema en el centro a través del trabajo de la competencia emocional?

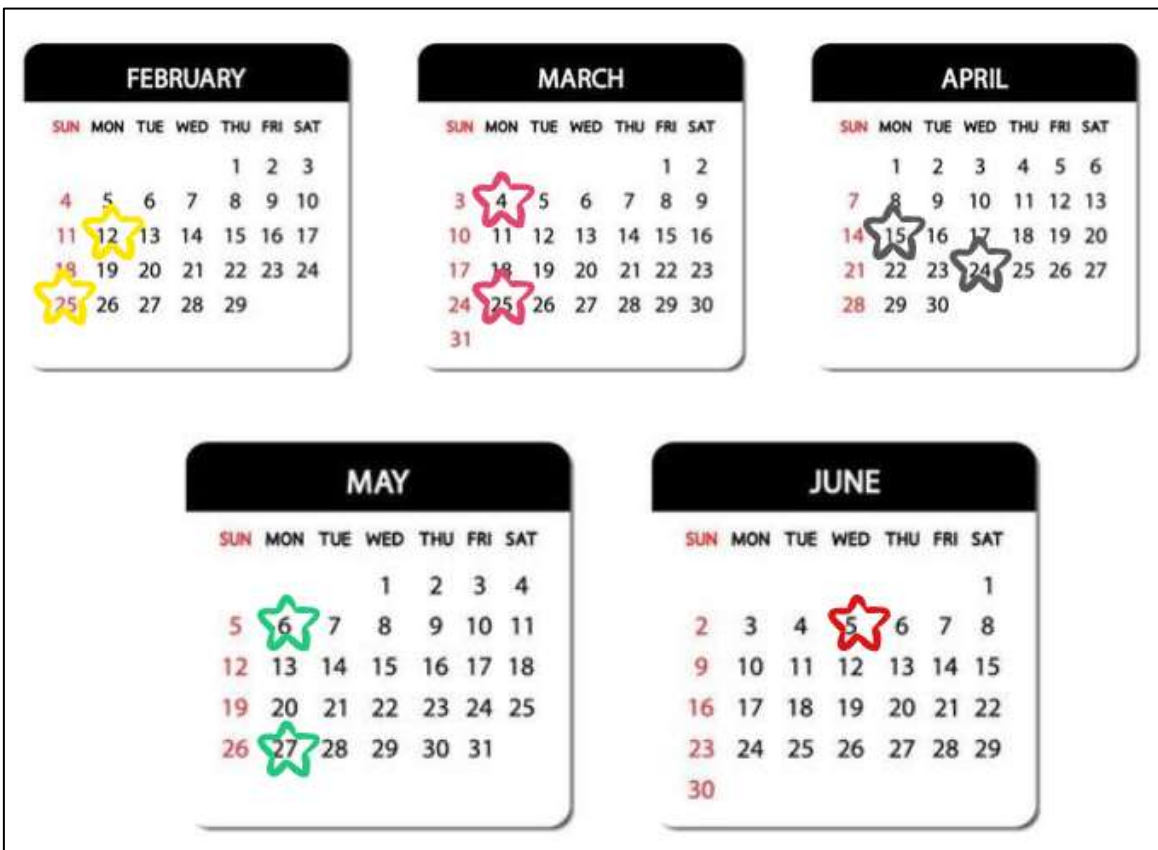
No, pero sí me gustaría recibirla y poder trabajar todo esto con mis alumnos, me parece muy importante.

21. ¿Ha vivido alguna experiencia relacionada con el duelo infantil en su carrera profesional? En caso de ser sí la respuesta, ¿qué emociones ha observado en el alumno en cuestión?

Sí, mostrándose cabizbajo, un tanto apagado o perdido ante lo que estaba sucediendo y con miedo. Son pequeños, necesitan explicaciones claras y verdaderas sobre las cosas que van pasando en su vida.

Anexo 5: cronograma.





## Apertura (septiembre)



Taller sensibilización familias y alumnos.

**Bloque 1:** La muerte. (octubre)



Actividad 1: ¿Qué pasa después de la muerte?



Actividad 2: "Siempre"

**Bloque 2:** Proceso de duelo. (noviembre)



Actividad 1: "Conozco mis miedos"



Actividad 2: ¿Qué cuando hacer cuando lo estoy pasando mal?... ¡Mis cosas favoritas!

**Bloque 3:** Percepción, facilitación y comprensión emocional. (diciembre/enero)



Actividad 1: Y tú, ¿Qué sientes?



Actividad 2: ¿Qué te provoca esta melodía?

**Bloque 4:** Lenguaje expresivo. (febrero)



Actividad 1: ¿Cómo muestras las diferentes emociones?




Actividad 2: El color de tus emociones


<p><b>Bloque 5:</b> Autoestima. (marzo)</p> <p> Actividad 1: El cine.</p> <p> Actividad 2: La capa positiva y la capa negativa.</p>	<p><b>Bloque 7:</b> Interacción con los demás. (mayo)</p> <p> Actividad 1: Mi árbol de vida.</p> <p> Actividad 2: ¿Qué hay en mi corazón?</p>
<p><b>Bloque 6:</b> Autocontrol. (abril)</p> <p> Actividad 1: La nave está fuera de control.</p> <p> Actividad 2: Mindfulness.</p>	<p><b><u>Cierre</u> (junio)</b></p> <p> Taller para la reflexión.</p>

Anexo 6: actividades desarrolladas de manera específica.

APERTURA	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mostrar la diferente información acerca de lo que se trabajará en el programa.</li> <li>• Concienciar sobre la importancia de trabajar la competencia emocional a través de la pedagogía de la muerte.</li> <li>• Procesar los pensamientos, emociones, sensaciones y comportamientos que se tienen ante las pérdidas y ante este tema en general.</li> </ul>
Metodología	Se llevará a cabo una metodología activa y participativa, así como grupal en el desarrollo del taller. Aportando a los participantes un espacio para la reflexión, la información y la resolución de dudas.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Proyector.</li> <li>- Ordenador.</li> <li>- Cartelería.</li> <li>- Materiales necesarios a mostrar sobre el programa.</li> </ul>

	
Temporalización	Se llevará a cabo durante 1 hora.
Contenidos	Conceptuales: competencia emocional y pedagogía de la muerte.
	Procedimentales: se desea dar a conocer ambos conceptos, así como el proyecto en general.
	Actitudinales: actitud participativa y colaboradora.
Espacio	El aula o salón de actos del centro educativo.
Desarrollo	<p>Será una actividad llevada a cabo tanto por alumnos como por aquellas familias que así lo deseen. Se trata de explicar qué se pretende trabajar a lo largo del curso con este programa, así como los conceptos muerte, duelo, competencia emocional y pedagogía de la muerte. En dicho taller de apertura, los participantes podrán dar su opinión acerca de qué saben sobre la muerte y qué sienten ante ella. Por otro lado, a los familiares que acudan al taller se les podrán ofrecer diferentes estrategias o herramientas a utilizar en casa en el caso de que se de alguna situación de duelo para sus hijos. No debemos olvidar la creación de un espacio para la información, la comprensión, la exposición de preguntas y la orientación para desarrollar las habilidades necesarias en el afrontamiento de pérdidas. Se espera que los participantes queden informados y animados a participar en el programa que se desea llevar a cabo.</p>
Adaptaciones	Se debe tener en cuenta que el taller está preparado para dos públicos muy diferentes: adultos y niños. Por lo que el lenguaje y el contenido debe presentarse y utilizarse en base a esto.

<b>Bloque 1: LA MUERTE</b>	
Actividad 1: ¿Qué pasa después de la muerte?	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajar la pedagogía de la muerte.</li> <li>• Fomentar la reflexión personal a través del dibujo.</li> </ul>
Metodología	Esta actividad será llevada a cabo de manera individual. Se pretende la participación activa y sincera del alumnado ante este tema.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Colores.</li> <li>- Folios.</li> <li>- Lápices.</li> <li>- Gomas.</li> </ul>
Temporalización	La sesión durará 45 minutos.
Contenidos	Conceptuales: reconocer o analizar la muerte.
	Procedimentales: llevar a cabo una proyección de qué hay después de la muerte después de reflexionar sobre ella.
	Actitudinales: llevar a cabo la actividad de una manera sincera y reflexiva.
Espacio	Se deberá dar el espacio adecuado al alumno para la realización de dicha actividad para que la lleven a cabo de un modo tranquilo y en paz, observando qué emociones se van produciendo en cada persona. Se llevará a cabo en el aula habitual.
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los alumnos deberán llevar a cabo un dibujo acerca de cómo piensan que es la experiencia después de la muerte.</li> <li>- Una vez que hayan finalizado el dibujo, podrán exponerlo libremente al resto de sus compañeros de manera que se puedan compartir las diferentes opiniones acerca de la muerte.</li> <li>- El profesorado podrá realizar una observación de las creencias y opiniones de cada alumno.</li> </ul>
Adaptaciones	El alumno que lo necesite recibirá ayuda docente.
Actividad 2: “Siempre”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajar la muerte a través del cuento.</li> <li>• Fomentar la reflexión.</li> <li>• Trabajar la imaginación.</li> <li>• Trabajar la escucha y participación activa.</li> </ul>
Metodología	Se trabajará de manera grupal, fomentando la participación activa de todos los alumnos. Así como la reflexión personal.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuento infantil “Siempre” de Ana Galán y Marta Sedano.</li> </ul>
Temporalización	La sesión se llevará a cabo durante 45 minutos.

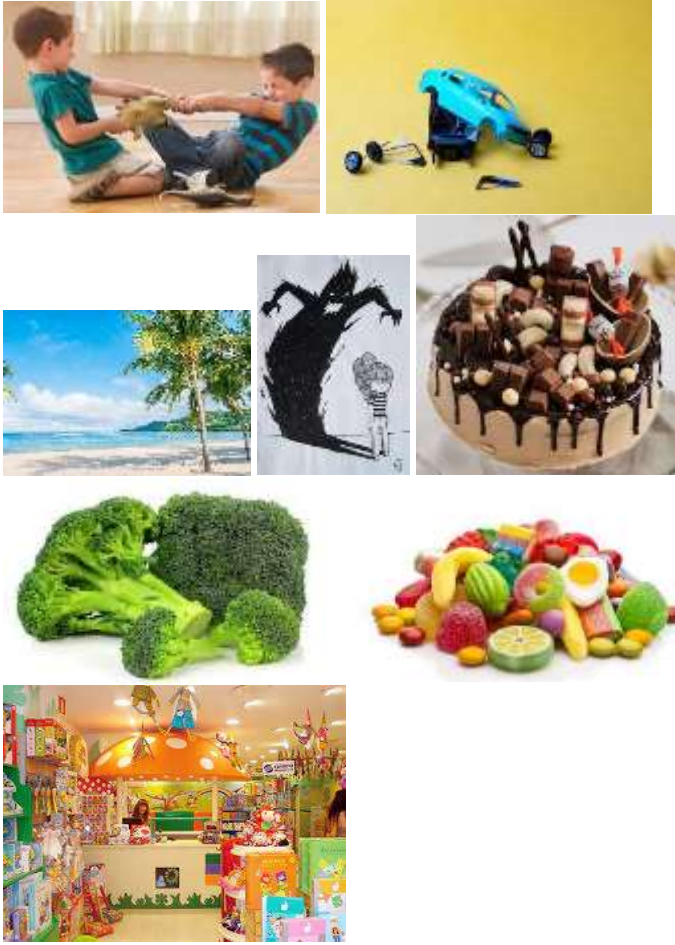
Contenidos	Conceptuales: conocimiento de la muerte.
	Procedimentales: se reflexionará sobre la muerte.
	Actitudinales: deberá llevarse a cabo con una actitud de participación y mostrando interés ante la actividad en cuestión.
Espacio	La actividad se llevará a cabo en el aula habitual, formando un ambiente cálido y acogedor donde los niños se sientan arropados y comprendidos.
Desarrollo	<p>La realización de dicha actividad se llevará a cabo en base a un cuento infantil llamado “Siempre”.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En primer lugar, el docente contará el cuento en una asamblea con todo el grupo.</li> <li>- Una vez que se ha escuchado el cuento habrá un espacio para preguntas y los niños deberán expresar de manera libre cómo se sentirían en caso de estar dentro del cuento.</li> <li>- Para finalizar, entre todo el grupo se deberá inventar otro final para dicho cuento haciendo que todos sean protagonistas de éste.</li> </ul>  <p>Dicho cuento infantil es adecuado para trabajar la muerte. Osito piensa que su mamá es la mejor del mundo y ella se dedica a enseñarle todas las cosas que un osito debe aprender para convertirse en un oso grande y fuerte, y siempre está a su lado para protegerlo. Pero ... ¿qué pasaría si algún día su mamá no estuviera?</p>
Adaptaciones	El cuento será contado dos veces si fuese necesario para que todos los niños se enteren y lo comprendan de manera correcta.

<b>Bloque 2: EL DUELO</b>	
Actividad 1: “Conozco mis miedos”	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajar el duelo en los niños a través del dibujo.</li> <li>• Fomentar la reflexión personal acerca de aspectos de la propia personalidad.</li> </ul>
Metodología	Se trabajará en base a una metodología participativa y colaboradora donde los niños puedan expresarse libremente ante el respeto a sus propias convicciones. Se deberá participar de manera activa para que la actividad resulte lo más beneficiosa posible.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Proyector.</li> <li>- Ordenador.</li> <li>- Vídeo: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=EPVR-a0vwCU">https://www.youtube.com/watch?v=EPVR-a0vwCU</a></li> <li>- Folio.</li> <li>- Lápices.</li> <li>- Gomas.</li> <li>- Colores.</li> <li>- Papel continuo.</li> </ul>
Temporalización	La actividad se llevará a cabo durante 1 hora.
Contenidos	Conceptuales: conocimiento del miedo.
	Procedimentales: reflexionar y expresar los propios miedos.
	Actitudinales: mostrar una actitud participativa basada en el respeto ante los demás y sus propias creencias.
Espacio	Se llevará a cabo en el aula habitual.
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En primer lugar, se abrirá la sesión a través de la visualización de un vídeo acerca de cómo es tu miedo.</li> <li>- En segundo lugar, se hablará un poco sobre qué han podido ver en el vídeo, cómo se han sentido...</li> <li>- Por último, el docente pedirá a los niños que dibujen su miedo, dándole color y forma y en qué lo transformarían, dándole un nuevo color y una nueva forma.</li> <li>- Para finalizar, se hará un gran mural de clase con el antes y el después de los miedos de cada uno de los alumnos.</li> </ul>
Adaptaciones	El alumno que lo necesite recibirá ayuda docente.



Actividad 2: ¿Qué puedo hacer cuando lo estoy pasando mal?...	
¡Mis cosas favoritas!	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar la escucha activa.</li> <li>- Fomentar una buena relación entre compañeros.</li> <li>- Fomentar el respeto hacia los demás.</li> <li>- Conocer los propios miedos.</li> </ul>
Metodología	Se realizará en base a una metodología activa y participativa por parte de todos los alumnos de clase. Basada en el respeto a los demás y la escucha activa.
Materiales	No requiere materiales.
Temporalización	Se llevará a cabo durante 1 hora.
Contenidos	Conceptuales: el miedo.
	Procedimentales: identificar y reflexionar sobre el propio miedo.
	Actitudinales: mostrar una actitud activa y participativa.
Espacio	Se llevará a cabo en el patio del colegio.
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El docente introducirá la actividad preguntando a cada uno de sus alumnos en qué momento considera que lo pasa mal o ante qué situación.</li> <li>- Una vez que todos los alumnos hayan tenido su turno de palabra, deberá exponer a sus alumnos que, para combatir esos momentos “feos”, se pueden hacer nuestras cosas favoritas.</li> <li>- Por parejas, deberán compartir esos momentos o cosas favoritas y después cada alumno comentará la cosa o situación favorita de su pareja de clase, de manera que será compartido a todo el grupo.</li> </ul> <p>La actividad será desarrollada al aire libre para que los alumnos puedan distribuirse libremente para la realización de ésta.</p>
Adaptaciones	El alumno que lo necesite recibirá ayuda docente.

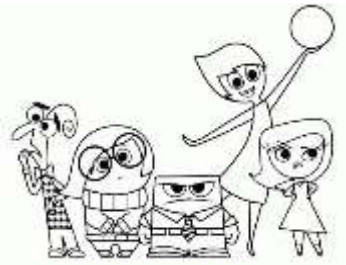
<b>Bloque 3: PERCEPCIÓN, FACILITACIÓN Y COMPRENSIÓN EMOCIONAL</b>	
Actividad 1: Y tú, ¿qué sientes?	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar las propias emociones.</li> <li>• Desarrollar la habilidad de conocer y comprender las propias emociones.</li> <li>• Conocer y respetar las emociones de los demás.</li> </ul>
Metodología	Se empleará una metodología activa y participativa por parte de todos los alumnos de clase, donde deberán llevar a cabo la percepción, facilitación y comprensión de sus propias emociones.

Materiales	<p>- Imágenes:</p> 
Temporalización	Se llevará a cabo durante 30 minutos.
Contenidos	<p>Conceptuales: las emociones.</p> <p>Procedimentales: identificar y comprender las emociones ante las diferentes imágenes.</p> <p>Actitudinales: atención y actitud activa y participativa.</p>
Espacio	Será llevada a cabo en el aula habitual. Creando un espacio para la reflexión y la comprensión emocional
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En primer lugar, se debe reforzar el conocimiento de las diferentes emociones.</li> <li>- En esta actividad los alumnos deben ser capaces de percibir sus propias emociones ante diferentes imágenes que el docente mostrará en el proyector.</li> <li>- Los alumnos podrán expresar sus sentimientos y emociones ante las diferentes imágenes.</li> </ul>
Adaptaciones	Las imágenes pueden ser interpretadas con ayuda del docente.


Actividad 2: ¿Qué te provoca esta melodía?	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fomentar el trabajo grupal.</li> <li>• Trabajar las emociones a través de la música.</li> <li>• Desarrollar la habilidad de comprender y expresar las propias emociones.</li> </ul>
Metodología	La actividad será trabajada en base a una metodología activa y participativa a través del trabajo tanto individual como grupal.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material emociones:           <div data-bbox="486 589 834 936" data-label="Image"> <p>EMOCIONES BÁSICAS</p> <p><b>MIEDO</b>: Apariencia de ojos muy abiertos y boca en una línea horizontal.</p> <p><b>TRISTEZA</b>: Apariencia de ojos cerrados y boca curvada hacia abajo.</p> <p><b>ALEGRÍA</b>: Apariencia de ojos cerrados y boca curvada hacia arriba.</p> <p><b>DESAGRADO</b>: Apariencia de ojos cerrados y boca en una línea horizontal.</p> <p><b>MIEDO</b>: Apariencia de ojos muy abiertos y boca en una línea horizontal.</p> <p><b>SORPRESA</b>: Apariencia de ojos muy abiertos y boca en una línea horizontal.</p> </div> </li> <li>- Melodías:           <ul style="list-style-type: none"> <li><a href="https://bit.ly/3lwNBaC">https://bit.ly/3lwNBaC</a></li> <li><a href="https://bit.ly/3JBW7xd">https://bit.ly/3JBW7xd</a></li> <li><a href="https://bit.ly/3nei5yH">https://bit.ly/3nei5yH</a></li> <li><a href="https://bit.ly/4063p2Z">https://bit.ly/4063p2Z</a></li> <li><a href="https://bit.ly/3LIPtHX">https://bit.ly/3LIPtHX</a></li> <li><a href="https://bit.ly/3FICQsM">https://bit.ly/3FICQsM</a></li> <li><a href="https://bit.ly/3FI2eyK">https://bit.ly/3FI2eyK</a></li> </ul> </li> <li>- Papel continuo.</li> <li>- Pintura.</li> <li>- Ordenador.</li> <li>- Pinceles.</li> </ul>
Temporalización	La duración de la actividad será de 1 hora.
Contenidos	Conceptuales: las emociones.
	Procedimentales: trabajar la percepción, facilitación y comprensión emocional para su expresión.
	Actitudinales: tolerancia, atención, concentración y respeto.
Espacio	Aula habitual.

Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El profesor explicará las diferentes emociones, además de que la música puede provocar diferentes emociones y sentimientos en las personas.</li> <li>- En segundo lugar, se colocará en el suelo un papel continuo y los alumnos a cada lado deberán ir pintando el escenario en blanco con pinturas de colores según lo que sientan ante las diferentes melodías que el docente va poniendo.</li> </ul>
Adaptaciones	El alumno que lo necesite recibirá ayuda docente.

<b>Bloque 4: LENGUAJE EXPRESIVO</b>	
Actividad 1: ¿Cómo muestras las diferentes emociones?	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajar el lenguaje expresivo.</li> <li>• Conocer las propias emociones.</li> <li>• Conocer las emociones de los demás.</li> <li>• Fomentar el respeto.</li> </ul>
Metodología	Se trabajará en base a una metodología colaborativa, grupal y fomentando la escucha activa.
Materiales	-
Temporalización	30 minutos.
Contenidos	Conceptuales: las emociones.
	Procedimentales: conocer y expresar las emociones.
	Actitudinales: respeto y participación.
Espacio	Se llevará a cabo en el aula habitual.
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En primer lugar, se reforzarán las diferentes emociones.</li> <li>- Después el docente hará parejas con el grupo clase y entre las parejas deberán decirse qué emoción van a expresar ambas personas de la pareja, o bien cada uno alternándose y alternando emociones.</li> </ul>
Adaptaciones	Si la actividad resulta complicada, contarán con la ayuda del docente.
Actividad 2: El color de tus emociones	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer y trabajar las propias emociones.</li> <li>• Conocer las emociones de los demás.</li> <li>• Fomentar el lenguaje expresivo.</li> </ul>
Metodología	La actividad será llevada a cabo a través de una metodología activa y participativa.


Materiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dibujo:</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Colores.</li> </ul>
Temporalización	1 hora.
Contenidos	Conceptuales: las emociones.
	Procedimentales: conocer y expresar las emociones.
	Actitudinales: escucha activa, respeto y participación.
Espacio	Se realizará en el aula habitual.
Desarrollo	<p>Después de volver a recordar las diferentes emociones que existen y que se pueden sentir (puede hacerse mediante los personajes de la película <i>Del revés</i>).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se ofrecerá dibujos a los alumnos que deberán colorear del color que sientan dicha emoción.</li> <li>- Una vez finalizados, deberán justificar ante el grupo clase, porqué dichas emociones están asociadas a esos colores.</li> </ul>
Adaptaciones	El alumno que lo necesite recibirá ayuda docente.

Bloque 5: AUTOESTIMA	
Actividad 1: El cine.	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajar la autoestima.</li> <li>• Fomentar la atención y la reflexión.</li> </ul>
Metodología	Se trabajará en base a la participación activa.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Película <i>Kung fu Panda 1</i>.</li> <li>- Proyector.</li> <li>- Ordenador.</li> <li>- Altavoces.</li> </ul>
Temporalización	La actividad conllevará 2 horas de duración.
Contenidos	Conceptuales: la autoestima.
	Procedimentales: conocer y reflexionar sobre la autoestima.
	Actitudinales: mostrar atención y participación.

Espacio	Se deberá crear un espacio donde los alumnos puedan ver cómodamente la película, sin interrupciones. Aula habitual o sala de cine del colegio (si la hubiese).
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se trabajará la autoestima a través de la película de <i>Kung fu Panda 1</i> (recomendada a partir de 5 años), donde se transmiten valores como: no hay que tener miedo a salir de la rutina, todo es posible, tú eres capaz...</li> <li>- Una vez finalizado el visionado de la película, todos podrán dar su opinión y después de conocer dicho concepto podrán decir donde lo han detectado a lo largo de la película.</li> <li>- Se llevarán a cabo actividades sobre ella en base a materiales ofrecidos.</li> <li>- Se finalizará preguntando: ¿Te gustaría cambiar algo de ti?</li> </ul>
Adaptaciones	Se irá recibiendo ayuda del docente.
Actividad 2: La capa positiva y la capa negativa.	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fomentar la autoestima.</li> <li>• Trabajar en el optimismo y el positivismo.</li> <li>• Favorecer la relación con uno mismo y con los demás.</li> </ul>
Metodología	
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Capas.</li> </ul> 
Temporalización	La duración de la actividad será de 1 hora.
Contenidos	Conceptuales: la autoestima.
	Procedimentales: conocer y reflexionar sobre la autoestima.
	Actitudinales: mostrar atención, respeto y participación.
Espacio	
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se trata de un juego que trabaja, además de la autoestima, el optimismo y el positivismo.</li> <li>- Se trata de pedir a los niños que se pongan unas capas imaginarias muy especiales. A través de ellas solo verán lo positivo que hay en el mundo.</li> </ul>

	<p>- Se pedirá a los niños que escriban cualidades de sus amigos o familia, mientras llevan la capa positiva puesta. Estos mensajes supondrán un gran estímulo para la confianza de los niños a través del reconocimiento de sus iguales.</p> <p>Por otro lado, también podrán ponerse la capa negativa centrándose entonces en los aspectos negativos. De modo, que se les podrá preguntar cuál de las dos capas prefiere llevar puesta y ayudarles a diferenciar su actitud frente a las diversas situaciones.</p>
Adaptaciones	El alumno que lo necesite recibirá ayuda docente.


<b>Bloque 6: AUTOCONTROL</b>	
Actividad 1: ¡La nave está fuera de control!	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajar el autocontrol.</li> <li>• Mejorar la convivencia dentro del grupo clase.</li> <li>• Fomentar el trabajo en grupos.</li> </ul>
Metodología	La actividad será realizada en base a una metodología activa y participativa.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cartulinas.</li> <li>- Colores.</li> <li>- Tijeras.</li> </ul>
Temporalización	1 hora.
Contenidos	Conceptuales: el autocontrol.
	Procedimentales: trabajar el autocontrol a través de la detección de situaciones que hagan perder el control.
	Actitudinales: sinceridad, participación y reflexión.
Espacio	Se llevará a cabo en el aula habitual (la primera parte de la actividad) y en el patio del centro (la segunda parte de la actividad).
Desarrollo	Se realizará una nave con diferentes materiales y cada uno irá exponiendo con la nave en movimiento que situaciones les provoca perder el control, de modo que la nave ¡perderá el control! Hasta llegar a su próximo compañero que realizará la misma función. Será un modo de conocer en qué situaciones los alumnos son capaces de tener autocontrol y cuales, por el contrario, no.

	
Adaptaciones	El alumno que lo necesite recibirá ayuda docente.
Actividad 2: Mindfulness	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disminuir el estrés y de la ansiedad.</li> <li>• Reducir los conflictos.</li> <li>• Incrementar la escucha activa.</li> <li>• Mejora de las habilidades sociales.</li> <li>• Aprender técnicas para relajarse en momentos de tensión o ansiedad.</li> <li>• Mejorar la capacidad de autocontrol.</li> </ul>
Metodología	La actividad se llevará a cabo en base a una metodología activa y participativa.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Proyector.</li> <li>- Altavoces.</li> <li>- Ordenador.</li> </ul>
Temporalización	Durante media hora.
Contenidos	Conceptuales: el autocontrol.
	Procedimentales: se trabajará la capacidad de autocontrol mediante el trabajo de actividades relajantes y que harán soltar la tensión.
	Actitudinales: participación.
Espacio	Se trabajará en el aula habitual, creando un ambiente acogedor para los alumnos.
Desarrollo	<p>El docente explicará que ante la pérdida de un ser querido se vive un proceso de duelo y se puede llegar a perder el control de las emociones. Por lo que es necesario buscar ejercicios de relación para podernos controlar ante dichas situaciones de descontrol.</p> <p>Por lo tanto, se ofrecerán diferentes pequeñas sesiones de mindfulness, para que los alumnos conozcan y trabajen la relajación.</p> <p>Algunas de las diferentes técnicas que pueden llevarse a cabo son:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Escuchar sonidos relajantes en un ambiente tranquilo con los ojos cerrados y una postura cómoda.</li> <li>- El sonido del silencio. <a href="https://bit.ly/3TI730U">https://bit.ly/3TI730U</a></li> </ul>




	<ul style="list-style-type: none"> <li>- saltar sin parar: Esta forma de trabajar la gestión emocional en niños. Consiste en que el niño salte en el mismo sitio durante un minuto. Después el niño parará, se pondrá la mano en el pecho para sentir los latidos del corazón y la respiración, y cerrará los ojos. Así será capaz de sentir su respiración y los latidos acelerados, siendo capaces así de ser conscientes de cómo cambia su cuerpo ante determinadas acciones.</li> <li>- Mirarse a los ojos.</li> <li>- Etc.</li> </ul>
Adaptaciones	Los alumnos irán recibiendo las diferentes indicaciones y aspectos guías del docente.

<b>Bloque 7: INTERACCIÓN CON LOS DEMÁS</b>	
Actividad 1: Mi árbol de vida	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Naturalizar la muerte.</li> <li>• Entender la muerte como parte imprescindible del ciclo de la vida.</li> <li>• Conocer la importancia de valorar cosas/personas antes de perderlas.</li> <li>• Conocer tu historia familiar.</li> <li>• Favorecer la relación con los demás.</li> </ul>
Metodología	Se trabajará sobre una metodología de participación activa y participativa. De un modo tanto grupal como individual.
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cartulinas</li> <li>• Fotos</li> <li>• Rotuladores</li> <li>• Lápices de colores</li> <li>• Tijeras</li> <li>• Pegamento</li> <li>• Goma eva</li> </ul>
Temporalización	1 hora. Los alumnos para esta sesión, ya deberán haber traído todo el material de casa necesario para la realización.
Contenidos	Conceptuales: la muerte y la interacción con los demás.
	Procedimentales: se trabajarán ambos conceptos con la ayuda de una dinámica tanto individual como grupal.
	Actitudinales: respeto hacia los demás, motivación y participación.

Espacio	se llevará a cabo en el aula habitual.
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Esta actividad en especial necesita de la ayuda de las familias, de manera que los alumnos deberán recopilar información sobre los miembros de su familia, toda información será buena para la realización en clase de un pequeño árbol genealógico.</li> <li>- Podrán llevar fotografías, pequeñas anécdotas, etc. ¡los familiares que así lo deseen, podrán participar en esta sesión en el aula!</li> <li>- Al finalizar el árbol lo podrán enseñar y compartir con el resto de compañeros.</li> </ul>
Adaptaciones	El alumno que lo necesite recibirá ayuda docente.
<b>Actividad 2: ¿Qué hay en mi corazón?</b>	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fomentar la reflexión personal.</li> <li>• Compartir y dialogar con uno mismo y con los demás.</li> <li>• Trabajar las propias emociones.</li> </ul>
Metodología	
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Frases:</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rotuladores.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cartulinas rojas.</li> <li>- Pegamento.</li> <li>- Tijeras.</li> </ul>
Temporalización	1 hora.
Contenidos	Conceptuales: las emociones y la interacción con los demás.
	Procedimentales: llevar a cabo una reflexión y conocimiento sobre las propias emociones y compartirlas con el grupo clase.
	Actitudinales: empatía, respeto, comprensión y participación.
Espacio	Se llevará a cabo en el aula habitual.
Desarrollo	<p><i>Que hay en mi corazón</i> es una actividad que llevará a la reflexión, a compartir y a dialogar con uno mismo y con los demás.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En primer lugar, el grupo clase será dividido en 4. Se realizará un corazón grande sobre una cartulina roja por grupo, donde después de completar unas frases que aportará el profesor, se colocarán sobre este corazón para dejarlos puestos en clase.</li> <li>- Las frases a completar serán: siento amor por..., siento ira por..., siento miedo hacia..., siento cariño hacia... siento asco hacia... siento tristeza por....</li> <li>- Además de completar con un nombre o una palabra las diferentes frases, podrán aportar un pequeño dibujo en referencia a la frase.</li> <li>- La actividad será realizada en grupo para fomentar las relaciones interpersonales, que los alumnos se conozcan entre ellos en profundidad y que puedan compartir las diferentes emociones.</li> </ul>
Adaptaciones	El alumno que lo necesite recibirá ayuda docente.

<b>CIERRE</b>	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Generar un espacio reflexivo y abierto.</li> <li>• Recoger las emociones de los alumnos y las familias sobre el proyecto.</li> </ul>
Metodología	
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Proyector.</li> <li>- Ordenador.</li> <li>- Cartelería.</li> <li>- Materiales necesarios a mostrar sobre el programa.</li> </ul>

	
Temporalización	La duración de la actividad será de 1 hora.
Contenidos	Conceptuales: reflexión y cierre.
	Procedimentales: extraer las reflexiones y detectar las emociones y sentimientos del proyecto.
	Actitudinales: actitud participativa.
Espacio	El aula o salón de actos del centro educativo.
Desarrollo	Llegados al final del programa, se llevará a cabo un último taller para la reflexión y la obtención de conclusiones. Se contará con la presencia de las familias que deseen acudir a dicho taller. Las familias, por un lado, podrán compartir qué han contado sus hijos en casa, cómo se han sentido y cómo lo han transmitido. Por otro lado, los propios alumnos podrán expresar si les ha gustado, cómo se han sentido y que han aprendido.
Adaptaciones	Se debe tener en cuenta que el taller está preparado para dos públicos muy diferentes: adultos y niños. Por lo que el lenguaje y el contenido debe presentarse y utilizarse en base a esto.