

PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN EN EL AULA

ELKARREKIN IKASTEN



**ACOMPAÑANDO EN EL DUELO  
POR LA MUERTE DE UNA COMPAÑERA  
MEMORIA DE LA INTERVENCIÓN REALIZADA  
EN AULA CON ALUMNOS/AS DE 11 AÑOS**

**Informe realizado por:** ITZIAR MOLERO FEIJOO  
Estudiante de 5º de Psicología (Practicum)

**Título:** RETOMAR LA VIDA Y MIRAR A NUESTROS PADRES

**Duración:** 2 horas

**Lugar:** Sala de música del Colegio

**Asistentes:** Los 14 alumnos y alumnas de la clase y su tutora

**Edad de los alumnos y alumnas:** 11/12 años

**Facilitadora:** María Pilar Feijoo Portero - Licenciada en Pedagogía  
Experta en Intervenciones Sistémicas

## 1. OBJETIVOS DE LA INTERVENCIÓN

- Favorecer la expresión de sentimientos y preocupaciones en relación con la pérdida de su compañera y también en relación con la vida de la clase (Cómo se sienten en ella, cómo estar mejor con los colegas)
- Reforzar el papel de la familia como lugar de amparo, favoreciendo que hablen con sus mayores y se dejen sostener por ellos
- Explorar posibles dificultades en la elaboración del duelo y, si es posible, intervenir en el momento

## 2. DESARROLLO DE LA SESIÓN

ACTIVIDAD 1	OBJETIVO	OBSERVACIONES
Ponernos en círculo, agrupados de la siguiente manera: chicos por orden de edad y chicas por orden de edad formando una "U" y frente a ellos, la facilitadora, la observadora y la tutora	Con esta ordenación, la clase suele estar más tranquila y centrada. En este caso también ocurrió así.	Se les explicó que ésta era una sesión para hablar de la vida y que esta la recibimos de nuestros padres.
ACTIVIDAD 2	OBJETIVO	OBSERVACIONES
Presentación tanto de alumnos y alumnas como de las tres adultas. Cada cual dijo su nombre, el nombre de su padre y de su madre, el nombre de sus hermanos y hermanas, y el de la tierra donde habían nacido	Reforzar la idea de nadie surge de la nada y la de que nadie está solo.  Reforzar los vínculos con la familia y la tierra de origen, ya que son la base de la vinculación saludable con los demás	Algunos comentaron espontáneamente que alguno de sus padres o algún hermano ya habían muerto. Otro comentó que sus padres estaban divorciados. La conversación fue muy rica y se escuchaban con mucha atención. Hablamos también de la riqueza de haber nacido en otro país y tener la oportunidad de echar raíces en dos sitios.
ACTIVIDAD 3	OBJETIVO	OBSERVACIONES
El apoyo de mis padres: todos los niños de uno en uno con los ojos cerrados imaginaron que su padre y su madre estaban uno sentado tras su lado derecho y el otro en el lado izquierdo. Luego reclinaron sus espaldas como si se estuvieran apoyando en ellos	Tomar conciencia de que la propia familia es el mejor lugar donde resguardarse para pasar el duelo de su compañera  Sentirse niño y dejarse sostener por los adultos	Era emotivo ver cómo se acurrucaban en los brazos de sus mayores.
ACTIVIDAD 4	OBJETIVO	OBSERVACIONES
El árbol: con el cuerpo, fuimos pequeñas semillas que arraigan y se convierten en árbol	Entender que un árbol es flexible cuando sopla el viento de las pérdidas y luego recupera su Posición	Hicieron el ejercicio con gran concentración, extendiendo las "ramas" bien arriba y moviéndose con el viento
ACTIVIDAD 5	OBJETIVO	OBSERVACIONES
El tigre: Con el cuerpo, imaginamos que corríamos huyendo de un peligroso tigre y que, dando un grito, lo matábamos con una lanza.	Reactivar el Primer Cerebro (reptiliano) que es el que puede paralizarse ante situaciones traumáticas (Levine)	Esta actividad energética les hizo reír y se distendieron mucho.

<b>ACTIVIDAD 6</b>	<b>OBJETIVO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Dejar el peso en los mayores: Todos los niños de uno en uno se acercaron con los brazos hacia delante y con las manos abiertas hasta donde estábamos las adultas esperándoles con los brazos en la misma posición.	Que los niños entendieran que hay cosas de la vida que por su edad y desarrollo les vienen grandes y que los mayores podemos sostenerles.	Cuando llegaban nos dejaban su carga y se marchaban tranquilos a su sitio. Algunos mostraron verdadero alivio.
<b>ACTIVIDAD 7</b>	<b>OBJETIVO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Mirar a un compañero: uno de los alumnos que había pasado los días anteriores con excesiva agresividad, se sentó en el suelo y rompió a llorar desconsoladamente. La facilitadora le sostuvo y pidió a los chicos (algunos de los cuales también lloraban) que se acercaran y, tomándole la mano, le dieran las gracias por darles permiso para ellos poder llorar también.	Dar consuelo en el llanto y mostrar que está bien expresar la pena.  Facilitar el contacto mediante el tacto como modo de dar acogida.	El alumno se relajó y se dejó cuidar.
<b>ACTIVIDAD 8</b>	<b>OBJETIVO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Cómo me siento: De uno en uno los alumnos y alumnas fueron diciendo con la mano colocada en el corazón cómo se sentían.	Chequeo del grupo  Normalizar los sentimientos y conversar sobre qué hacer con ellos  Disminuir la tensión interna y prevenir duelo patológico.	Dijeron encontrarse bien con lo que estábamos haciendo en clase. Además, la mayoría de ellos se refirieron a la tristeza por la muerte de su compañera. Algunos dijeron sentir miedo y otros, que les preocupaba que algo parecido les pudiera pasar a ellos.
<b>ACTIVIDAD 9</b>	<b>OBJETIVO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Ronda: "Qué me ayuda a estar en clase con alegría"	Cohesionar el grupo y favorecer la resolución de conflictos	Los niños tomaron una parte muy activa en este ejercicio. La mayoría pidió formalmente que se les llamara por su nombre y no por mote. La clase se comprometía de buena gana cuando entendió que cuando te llaman por tu nombre, notas que existes.

ACTIVIDAD 10	OBJETIVO	OBSERVACIONES
Despedida de su compañera: La facilitadora les contó que sabía que su compañera era alegre y estaba a gusto en clase y que seguro que le habría gustado poderles decir "adiós" y darles las gracias por los buenos momentos y que ahora ella, la facilitadora, lo hacía en su nombre.	Ayudarles a "soltar" y a permitir la "marcha" como requisito para avanzar en el duelo (Worden)	Muchos se emocionaron al oír a la facilitadora decir: "Os doy las gracias y os digo adiós. Ahora me voy con los muertos de mi familia. Quiero que sigáis jugando y aprendiendo con alegría, queridos compañeros" A pesar de las lágrimas, estaban relajados.
ACTIVIDAD FINAL	OBJETIVO	OBSERVACIONES
Estrella de la alegría: se le dio a cada niño una estrellita de cristal y se hizo con ella una visualización donde la estrella giraba sobre nuestras cabezas derramando un arcoiris de calor y alegría	Asociar a la estrellita de cristal las buenas sensaciones de la sesión. Por ese motivo, se les dijo que la llevaran en el bolsillo y que la guardaran en casa y que podían cogerla y mirarla cada vez que se sintieran tristes.	Algunos se llevaban espontáneamente la mano a la cabeza y se la frotaban con la estrella mientras hacían la visualización y sonreían.

#### EN RESUMEN:

Al terminar, unos siete u ocho alumnos y alumnas se pusieron en fila para hablar en privado con la facilitadora, que les atendió y les reforzó en la idea de hablar con sus padres y contar con su apoyo.

En general la sensación final fue muy buena, la participación por parte de los chavales fue fantástica. Todos ellos pusieron de su parte y además con ganas.

La experiencia fue emotiva y enriquecedora también para las adultas que tuvimos la suerte de pasar estas dos horas junto a los niños.

Informe Realizado el 2 de diciembre de 2007.