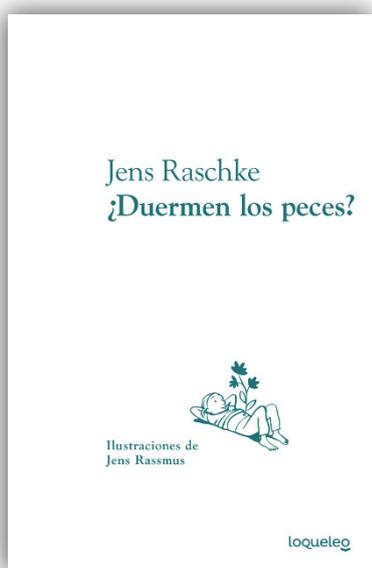


Recursos tras la lectura de *¿Duermen los peces?*



A finales de octubre, y principios de noviembre, se suceden en muchas culturas tres días relacionados con la muerte en los que recordamos a los difuntos y acudimos a los cementerios.

Estos días pueden ser una buena ocasión para acercar la realidad al aula y dar sentido a los rituales que están observando nuestros alumnos y alumnas.

Los adultos solemos proteger a los niños y niñas del dolor evitando cualquier conversación que haga alusión a la muerte. Sin embargo, en la actualidad sabemos que hablar de la pérdida y el dolor con ellos no solo no les perjudica, sino que les ayuda en su desarrollo emocional de manera positiva. Naturalizar (normalizar) la muerte como una parte más del recorrido vital será una pequeña vacuna que

preparará psicológicamente a los niños y niñas cuando estén en una situación de despedida.

Sin darnos cuenta acercamos ya este tema al aula cuando trabajamos culturas como la egipcia (pirámides, momias...), cuando nos disfrazamos en Halloween, en el entierro de la sardina, etc. Así que, ¿por qué no aproximarnos a este tema a través de la lectura?

Si os animáis a tratar esta temática en el aula, os ofrecemos a continuación algunas propuestas.

Cómo puede ayudar la lectura de *¿Duermen los peces?*

Es costumbre de nuestra cultura actual proteger a los niños y niñas manteniéndoles al margen de toda información relativa a la muerte. Sin embargo, acercarlos en la medida de sus posibilidades a esta parte del ciclo vital, cuando la pérdida aún no está presente, ayudará a preparar a los niños y niñas para las situaciones de despedida y pérdida que aparecerán inevitablemente en sus vidas, contribuyendo así a educar sus emociones.

La lectura de *¿Duermen los peces?* ayuda a los más pequeños, al profesorado y a las familias a normalizar la situación de pérdida, acercándonos a los distintos momentos del duelo desde la perspectiva de una familia que experimenta el fallecimiento de uno de sus miembros.

¿Duermen los peces? cuenta la historia de Jette, una niña traviesa y muy curiosa a la que le gusta la pintura, mirar al cielo, los animalitos, jugar... Su hermano pequeño, Emil, murió hace un año y ella, enfadada, pinta nubes negras, aunque también recuerda los buenos momentos que vivieron juntos. Emil ya no está y Jette no puede dejar de hacerse preguntas sobre el significado de la vida, de la muerte y de lo mucho que aún le queda por vivir.

ALGUNAS PROPUESTAS PARA TRABAJAR CON EL LIBRO

Tras la lectura, dividimos a la clase en equipos y reflexionamos sobre las siguientes preguntas:

- ¿Por qué Jette dibujaba nubes?
- ¿Por qué la numeración de los capítulos va del 10 al 1 y no del 1 al 10?
- ¿Por qué es importante que leamos este tipo de historias?
- ¿Alguna vez has vivido algo parecido a lo que se narra en la historia? ¿Cómo te sentías? ¿Qué hiciste?

Posteriormente, compartimos con toda la clase las reflexiones que cada equipo ha realizado a través de la figura de un portavoz.

En familia también podemos hacer una lectura compartida de la historia y comentar con nuestros hijos las impresiones que nos ha producido el libro.

Recomendaciones de uso:

En los casos en los que el niño o niña se encuentre en proceso de duelo reciente es preferible un trabajo previo e individual con el niño o niña en el entorno familiar.

Se recomienda trabajar el libro utilizándolo como recurso para la aceptación de una etapa más por la que transita el ser humano y no como herramienta para la intervención ante el fallecimiento de un ser querido.

*NOTA PARA LAS FAMILIAS QUE SE ENCUENTRAN EN PROCESO DE DUELO:

En el caso del fallecimiento de un hermano o hermana como el de Jette es fundamental que:

- El niño o la niña no sienta la expectativa de sustituir en cierto modo al fallecido. Tampoco es adecuado transmitir, ni siquiera de manera indirecta, comparaciones en ningún sentido entre ellos.
- Los progenitores estén atentos a no sobreproteger al hijo vivo ya que, sin pretenderlo, estaremos generando efectos indeseados en el bienestar emocional del menor.
- Estemos al tanto de posibles sentimientos de culpa que surjan en el hijo o hija por haber deseado la muerte o la desaparición de su hermano de manera inocente (quizá por la falta de atención recibida, si el hermano estuvo previamente enfermo). En este sentido, el niño o la

niña va a necesitar de nuestra aceptación y comprensión incondicional para poder superar este sentimiento.

OTRAS PROPUESTAS

LA CAJA DE LOS RECUERDOS

Construir una caja de recuerdos es una buena manera de facilitar el desahogo emocional del niño o la niña que está en proceso de duelo. Esta caja albergará todos aquellos recuerdos que unen al niño o la niña con la persona fallecida. Podrá acudir a su caja tantas veces como necesite y así expresar sus sentimientos libremente.

Materiales:

- Una caja de zapatos o de cartón.
- Témperas o acuarelas.
- Pinceles.
- Algodón.
- Tijeras.
- Pegamento.
- Diferentes tipos de papeles (charol, celofán, pinocho...).



Elaboración:

1.º Decoramos el interior y exterior de la *caja de los recuerdos*. Podemos añadir todos los detalles y materiales que consideremos oportunos. En el interior, por ejemplo, se puede reproducir un cielo con nubes de algodón.



2.º Personalizamos el exterior de la caja con el nombre de la persona fallecida, alguna frase o fotografía.

3.º Elegimos todos aquellos objetos que queremos incluir en el interior, y que de alguna manera nos conectan con el recuerdo. Por ejemplo:

- Un dibujo, poema, canción o narración de historias compartidas.
- Fotos de momentos vividos.
- Objetos que nos recuerdan a la persona que queremos recordar (gafas, broche, pañuelo con el perfume habitual...).

4.º Una vez terminada la caja, la niña o el niño dispondrá de un lugar al que poder acudir para desahogarse o reflexionar cada vez que lo necesite. (Al igual que hacemos los adultos cuando visitamos los cementerios y llevamos a cabo algún tipo de ritual como poner flores).

RITUALES ADAPTADOS A LA INFANCIA

Los cementerios, tanatorios y espacios donde tiene lugar la despedida de nuestros seres queridos, suelen estar reservados a los adultos. Sin embargo, la ausencia de los niños y niñas en estos espacios no implica necesariamente apartarlos de los rituales de despedida. Para ello, es importante anticipar a los menores en qué va a consistir su ritual y permitirle, si así lo desea, participar.

Os detallamos algunos rituales adaptados a los niños que pueden ayudaros en el caso de que necesitéis trabajar el duelo con los niños y niñas:

- Encender una vela frente a una fotografía del ser querido ausente.
- Llevar flores a algún sitio (ej. parque, lago) donde solía acudir el fallecido y depositarlas allí en su memoria.
- Comprar un globo de helio, colgar de él un dibujo o narración de nuestros sentimientos y dejarlo subir al cielo.

EL USO DEL CINE

El rey león, Buscando a Nemo, Bambi o Up son algunas de las propuestas que pueden ayudaros a tratar la temática del duelo en vuestro alumnado.

1. Vemos la película todos juntos.
2. Observamos la escena concreta sobre la que trabajaremos, y comentamos todos juntos qué es lo que ocurre. (Ej. *El rey león*: «El tiempo dura el reinado de un rey; asciende y desciende como el sol. Algún día, Simba, el sol se pondrá en mi reinado y ascenderá siendo tú el nuevo rey»).
3. Pintamos o coloreamos un dibujo sobre el personaje que afronta el duelo o la pérdida en la película.
4. Escribimos alrededor del personaje las emociones que siente según la situación que está afrontando.
5. Transmitimos un modelo fiable de cómo sobrellevar esos momentos y seguir adelante.

Laura Chamorro

Psicóloga y asesora pedagógica de Santillana