

6. No hay mal que dure 100 años...

ni cuerpo que lo aguante

Duelo

Tiempo sugerido: 40 minutos

¿Para qué?

Propiciar vivencias que ayuden a comprender, expresar y manejar las pérdidas de una manera adecuada.

¿Con qué?

Flores naturales diversas

¿Qué haré?

El facilitador o facilitadora relata el siguiente cuento.

Paquito y Tarzán

Un día de invierno, Paquito, sus amigos y Tarzán su perrito, reunidos felices en el parque, decidieron ir al bosque cerca del río. Mientras lo hacían, disfrutaban jugando, corriendo y hasta se dieron un chapuzón en el arroyo. Tan contentos estaban que no se dieron cuenta de la gran lluvia y que el río poco a poco iba creciendo.

El guardabosque con voz fuerte les gritó - ¡Salgan del río! - tras lo cual todos obedecieron, bueno casi todos porque Paquito no pudo hacerlo, debido a la fuerte corriente y al miedo que se apoderó de él.

Tarzán, al ver a su dueño en problemas, se tiró al río para ayudarlo, pero la corriente lo arrastró, mientras el guardabosque rescató a Paquito. Sus amigos corrían siguiendo a Tarzán, pero desafortunadamente no lograron salvar.

Mientras veían al perro alejarse, recordaron el consejo de sus padres acerca de lo importante que era resguardarse y protegerse a ellos mismos, lo cual los motivó a regresar junto a Paquito para darle la triste noticia.

Unos meses después cuando las lluvias habían cesado, Paquito volvió al río, le arrojó algunas flores y agradeció por haber intentado salvarle la vida en aquella oportunidad. Fue sintiéndose mejor, al sentir que lo tendría siempre con él, en su pensamiento y en sus recuerdos.

¿Qué pienso?

Preguntar a los niños y niñas:

- ¿Qué creen que sintió Paquito?
- ¿Qué creen que pensó Paquito?
- ¿Qué creen que pensaron los amigos?
- ¿Qué hicieron los amigos ante la situación?
- ¿Qué creen que sintieron sus amigos?
- ¿Qué le habrán dicho los amigos a Paquito para que se sintiera mejor?
- ¿Qué pasó con Tarzán?
- Después de algún tiempo, unos meses después ¿cómo creen ustedes que se sentía Paquito con respecto a Tarzán?



El facilitador o facilitadora explica a los niños y niñas sobre la muerte y los sentimientos naturales que ésta nos provoca.

Podemos decir que la muerte o pérdida es inevitable. Sobre todo en situaciones de desastres, pues es más posible que personas o mascotas mueran, o que se pierdan cosas materiales como casas, plantaciones, Etc.

Podemos aceptar que es normal extrañar a la persona, o mascota que hemos perdido. Por lo que podemos sentir soledad, dolor, tristeza, ganas de llorar, culpa y vacío. No importando si somos niños o niñas o adultos. Todos nos podemos sentir tristes por alguna causa.

Pero es importante saber que a medida que pasa el tiempo, ese dolor se va haciendo menos, pero eso no significa que tengamos que olvidarnos de ellas. Podemos, al igual que Paquito, recordar los momentos que disfrutamos con ellas, ya que eso nos hará sentir un poco mejor.

¿Qué práctico?

El facilitador o docente realiza la siguiente actividad

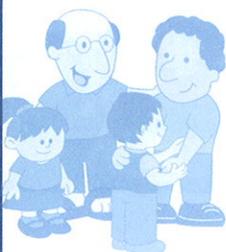
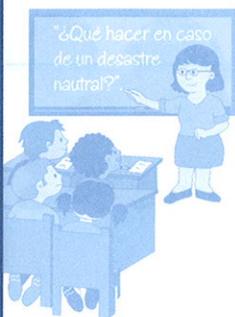
- Un día antes pedimos a los niños que cuando vengán en el camino pasen cortando una flor porque nos servirá, para hacer una actividad.
- Al traer la flor, pedimos que cada uno la guarde en algún lugar, sin meterla en agua.
- Cuando sea el momento de realizar la técnica pediremos que saquen la flor y hacemos un círculo, con todos los participantes, dando las siguientes instrucciones: "Muestran su flor y mírenla bien; ¿está la flor igual que cuando la cortaron?, ¿Qué diferencia hay?" Si responden que está marchita o muerta, preguntaremos ¿por qué creen que se marchitó?, luego ¿y sólo las flores se mueren o marchitan? ¿y qué podemos hacer para que no se marchiten tan rápidamente?.
- En cada pregunta procuraremos la participación de la mayoría del grupo y al final explicaremos a los niños, que todo ser viviente nace, crece, se reproduce y muere. Este es un proceso natural. Sin embargo hay situaciones que provocan que la muerte ocurra antes o de repente.
- Pedir a los niños y niñas que citen ejemplos de las situaciones que podrían provocar la muerte.

¿Qué aprendí?

Se solicita a los niños y niñas que compartan en voz alta las siguientes preguntas:

Piensen en una mascota o una persona o algún objeto que hayan querido mucho y lo hayan perdido o que simplemente ya no está con ustedes.

- ¿Cómo se sentían al momento de la pérdida?
- ¿Qué hicieron para sentirse mejor?
- ¿Qué recuerdos agradables tienen de él o ella?
- ¿Ahora que recuerdan los momentos bonitos, cómo se sienten?.
- ¿Cuál es la diferencia entre el sentimiento que tenían al principio y el sentimiento que tienen después de que el tiempo ha pasado?



El facilitador o facilitadora explica:

- Es importante lo que hicieron para sentirse mejor pues eso les ayudará a recuperar la alegría más rápido.
- Hay personas que no expresan de ninguna manera lo que sienten, por diferentes razones, (les da vergüenza, no quieren que otros los vean, llorar les da pena) y estas personas pueden enfermarse, o cambiar su forma de ser y volverse enojadas, o solitarias.
- Es importante ayudar a otros a expresar o decir todo lo que sienten en los momentos de dolor, simplemente dejándolos que lloren o dándoles un abrazo

El facilitador o facilitadora pide a todos los niños y niñas que se den un abrazo grupal para reconfortarse.



