

**FORTALECIENDO HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES
EN TIEMPOS RETADORES**

¿CÓMO ENFRENTAR EL DUELO COLECTIVO EN EL RETORNO A LA ESCUELA?



PERÚ

Ministerio
de Educación

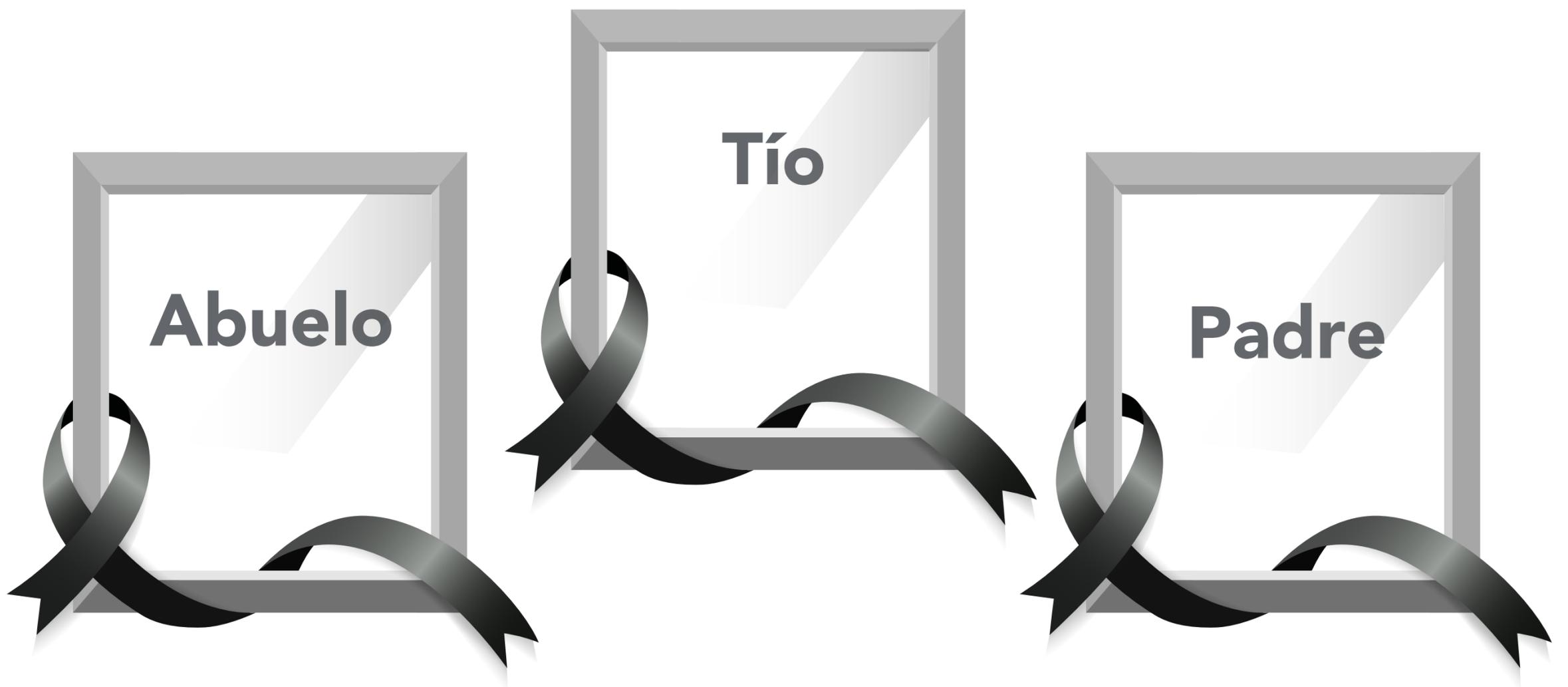




Victoria es directora de una escuela y piensa que es importante abordar el tema del duelo.

Dice que algunos docentes prefieren no hablarlo para que los estudiantes no se sientan mal, pero otros docentes piensan que sí sería bueno para poderles acompañar en el proceso.

Se pregunta ¿cómo poder hacerlo?



Reconocer la emoción:

La pérdida de nuestros seres queridos es un tema muy sensible y difícil...

- Creemos que los niños y adolescentes no están preparados para procesar la muerte, y preferimos no hablar de ello
- Pero acompañar y conversar es muy necesario para el proceso de recuperación del duelo
- Acompañar no es desaparecer su dolor y sufrimiento. Es estar cercanos y facilitarles espacios para que sepan que pueden hablarlo
- Hablar de la muerte nos conecta con nuestro dolor, pero también con nuestros recursos y resiliencia.

A continuación, te proponemos cómo hacerlo de forma colectiva.



Estrategia para abordar el duelo colectivo

Puedes realizar rituales sencillos para abordar el duelo de manera colectiva desde el aula o la escuela, a través de un mural o escribiendo cartas

Esto permite recordar juntos a nuestros seres queridos y darles un lugar en nuestra memoria como colectivo. Compartir nuestras emociones genera empatía y confianza con los demás.

¿Cómo puedes hacerlo?

- Puedes invitar a tus estudiantes a dibujar o escribir algo para los seres queridos que partieron.
- Luego que cada uno coloque sus dibujos en un mural visible
- Terminado el mural, genera un espacio de diálogo para compartir sus recuerdos y emociones.



Para acompañar el proceso ten en cuenta estos 5 puntos:



Ten como premisa acoger las emociones de tus estudiantes, sin juzgarlas.



Preocúpate más por acompañar que por evitar que surjan emociones movilizadoras.



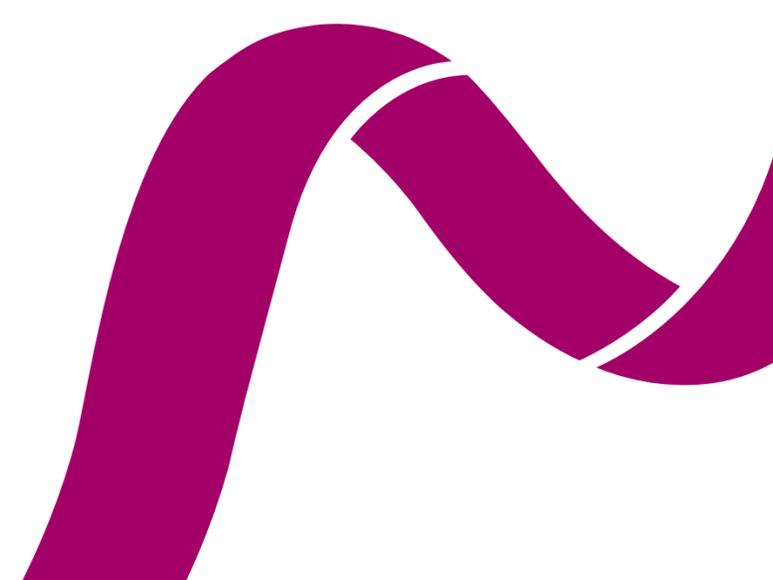
Concéntrate en la actividad. Hacer algo para recordar resulta reparador y conecta con nuestros seres queridos.



Confía en la empatía y apoyo de la comunidad educativa para acompañar a elaborar los duelos.



Busca diversos soportes en la escuela y en la comunidad para estudiantes que lo necesiten.



Conclusión:

Recuerda, tu rol como docente, NO es reparar, pero SÍ es generar espacios para que tus estudiantes puedan compartir y sentirse acompañados como parte de un cuidado colectivo.

Es importante ser consciente de tus propios recursos y limitaciones para buscar soportes cercanos.

¡Aprendamos a cuidarnos juntos en comunidad!

