



DE LA PÈRDUA A LA COMPRENSIÓ

Andrea Guillén Sintes

Treball Final de Grau

Universitat de Barcelona, Facultat d'Educació

Grau de Mestre d'Educació Primària

Menció d'Atenció a la diversitat

Curs 2024-2025

Modalitat B: Producció de materials educatius

Tutora: Francina Torres

Agraïments

Vull agrair al meu pare i a la meva mare, perquè sense ells res d'això hauria estat possible. Vaig créixer amb la certesa que volia ser mestra, i ha estat gràcies al seu suport incondicional i a la seva confiança en mi que he pogut arribar fins aquí i fer realitat el meu somni.

També vull agrair al meu germà, a les meves àvies, a la meva tia i a les cosines, per ser un refugi al qual sempre puc anar. Tant quan tot va bé com quan les coses costen més.

A la meva altra família, les meves amigues, gràcies per ser casa a qualsevol lloc. Perquè quan estem juntes, res pot anar malament.

A les amistats que han nascut durant aquests anys a la universitat, que han estat un suport imprescindible i que ja formen part de la meva vida per sempre.

També a les tutores de pràctiques i als referents d'educació que he anat trobant en aquest camí. He après de la vostra manera de mirar, de fer i d'estar. Gràcies per mostrar-me que educar és, en el fons, estimar.

Per acabar, un agraïment molt especial a la meva tutora de TFG, na Francina Torras, per la seva dedicació i per acompanyar-me amb tanta paciència, criteri i sensibilitat durant tot aquest procés.

Resum

La mort és una realitat inevitable i universal, i el dol, entès com el procés d'adaptació emocional davant una pèrdua, és una experiència que tothom haurà de viure en algun moment. Aquest treball posa l'accent en la importància de normalitzar la mort i tractar el dol dins l'àmbit educatiu, especialment durant l'etapa d'educació primària. L'objectiu principal és proporcionar eines i recursos que facilitin abordar aquest tema a l'aula, i oferir suport emocional als infants tant en situacions concretes de pèrdua com des d'una perspectiva preventiva. A més, es pretén analitzar com es gestiona actualment aquest aspecte als centres educatius i avaluar l'efectivitat d'un recurs didàctic dissenyat per a aquest propòsit.

Per dur a terme l'estudi, s'ha realitzat una revisió d'antecedents teòrics sobre la mort, el dol i l'acompanyament emocional en la infància. Així com una recerca qualitativa basada en enquestes adreçades a docents d'educació primària per conèixer les seves experiències, necessitats i pràctiques respecte al tema. Els resultats evidencien una manca de seguretat i eines per abordar la mort i el dol dins l'aula. En resposta a aquesta necessitat, s'ha creat un conte titulat *Com es viu amb un nus al cor?*, acompanyat d'una guia didàctica que inclou activitats per afavorir l'expressió emocional i crear un espai de confiança i conversa entre els infants.

Aquest treball posa de manifest la importància d'incorporar la mort i el dol com a temes accessibles i abordables a l'educació primària. Proporcionar recursos i suport als docents no només facilita l'acompanyament emocional dels infants en moments de pèrdua, sinó que també contribueix a la prevenció i a l'educació emocional global. Així, es promou un entorn escolar més empàtic, segur i preparat per afrontar les complexitats de la vida, fomentant el creixement personal i col·lectiu de l'alumnat.

Paraules clau: acompanyament emocional, dol, educació primària, pedagogia de la mort

Abstract

Death is an inevitable and universal reality, and mourning, understood as the process of emotional adaptation to a loss, is an experience that everyone will have to live at some point. This work emphasizes the importance of normalizing death and treating mourning within the educational field, especially during the primary education stage. The main objective is to provide tools and resources that facilitate addressing this topic in the classroom, offering emotional support to children both in specific situations of loss and from a preventive perspective. In addition, it is intended to analyze

how this aspect is currently managed in educational centers and evaluate the effectiveness of a didactic resource designed for this purpose.

To carry out the study, a review of theoretical backgrounds on death, mourning and emotional accompaniment in childhood has been carried out. As well as qualitative research based on surveys aimed at primary education teachers to learn about their experiences, needs and practices regarding the subject. The results show a lack of security and tools to address death and mourning in the classroom. In response to this need, a story has been created entitled *How do you live with a knot in the heart?*, accompanied by a didactic guide that includes activities to promote emotional expression and create a space of trust and conversation between children.

This work highlights the importance of incorporating death and mourning as accessible and approachable issues in primary education. Providing resources and support to teachers not only facilitates the emotional accompaniment of children in times of loss, but also contributes to prevention and global emotional education. Thus, a more empathetic, safe and prepared school environment is promoted to face the complexities of life, promoting the personal and collective growth of students.

Keywords: emotional accompaniment, mourning, pedagogy of death, primary education,

Índex

1. Introducció de la temàtica i justificació	1
2. Definició dels objectius	2
3.1 Introducció a la mort i el dol	2
3.1.1 La mort	2
3.1.2 El dol i les seves fases	3
3.1.3 El paper de l'educació emocional en el procés de dol	3
3.1.4 Expressió de les emocions	4
3.2 El dol en la infància	4
3.2.1 Diferències entre el dol adult i el dol infantil	4
3.2.2 El dol segons l'edat (6-12 anys)	5
3.2.3 Comunicar la mort als infants	5
3.2.4 Creences errònies sobre el dol i els infants	6
3.2.5 Indicadors	7
3.2.6 Les quatre tasques del dol	7
3.3 La mort i el dol als centres educatius	7
3.3.1 Educar per la mort	7
3.3.2 Impacte en la comunitat educativa	8
3.3.3 Accions que es poden realitzar a l'escola	8
3.4 Recurs per treballar la mort i el dol a l'aula	9
3.4.1 El conte com a recurs didàctic	9
4. Metodologia	10
4.1 Anàlisi de resultats	11
4.2 Recurs didàctic per abordar la temàtica	14
5. Proposta didàctica	14
5.1 Disseny de la proposta	14
5.2 Creació del material	17
5.3 Posada en pràctica de la proposta	17
5.4 Resultats de la posada en pràctica de la proposta.	19
6. Conclusions	21
6.1 Conclusions sobre els objectius del treball	21
6.2 Limitacions de l'estudi	21
6.4 Reflexió sobre la sostenibilitat	22
6.6 Reflexions personals	23
7. Referències bibliogràfiques	24

1. Introducció de la temàtica i justificació

La infància és una etapa fonamental en el desenvolupament emocional i cognitiu de les persones, un període clau en la construcció de la identitat i la comprensió del món que ens envolta. A mesura que els infants creixen, es van enfrontant a diverses experiències que els ajuden a entendre i gestionar les seves emocions. Tot i que l'educació se centra a preparar els infants per a la vida, sovint no se'ls prepara per afrontar una realitat tan inherent a l'existència com és la mort (Artaraz et al., 2017). Quan els infants es veuen confrontats amb la pèrdua d'un ésser estimat, poden experimentar sentiments profundament difícils de processar i comprendre, especialment si no compten amb el suport adequat (Cantero, 2013).

El present treball neix de la necessitat de donar visibilitat i resposta a una realitat sovint invisibilitzada en l'àmbit educatiu, la vivència del dol en la infància. Tot i que la mort forma part de la vida, continua essent un tema tabú, especialment, quan afecta els infants (Bauman, 2007). Aquest desconeixement dificulta l'expressió emocional, genera desconeixement i impedeix l'acompanyament adequat del dol des de l'escola, un espai clau per al desenvolupament emocional dels infants (París, 2013).

D'una banda, la manca de recursos o suport adequat per a l'expressió emocional dificulta que els infants puguin comunicar els seus sentiments o comprendre el que viuen. Aquesta situació pot generar confusió i ansietat, ja que els infants no tenen les eines necessàries per gestionar la pèrdua de manera saludable (Díaz, 2016). D'altra banda, el desconeixement dels adults sobre com abordar les situacions de dol pot provocar respostes inadequades o insuficients (Poch i Herrero, 2003). Els docents, tot i ser figures essencials en el desenvolupament emocional dels infants, sovint no compten amb la formació ni les eines necessàries per abordar-ho. Això dificulta que els infants rebin el suport emocional necessari per afrontar el dol de manera saludable, la qual cosa pot afectar tant el seu benestar emocional com el seu rendiment acadèmic. En aquest context, la figura del centre educatiu esdevé fonamental com a espai d'acompanyament emocional (Worden, 1997). L'escola, com a entorn social i educatiu, ha de ser un lloc on els infants puguin trobar suport i comprendre els seus sentiments davant la pèrdua. Un acompanyament emocional adequat pot contribuir a la superació del dol i afavorir el desenvolupament personal i emocional de l'infant.

Aquesta proposta està estretament vinculada a l'Objectiu de Desenvolupament Sostenible (ODS) número 3, que promou la salut mental i emocional al llarg de totes les etapes de la vida. Acompanyar emocionalment els infants en situacions de pèrdua és fonamental per garantir el seu benestar i afavorir el seu ple desenvolupament

2. Definició dels objectius

Els objectius que es pretenen assolir amb el present treball són els següents:

- Conèixer què és el dol i com es poden expressar els sentiments que els produeix.
- Recollir informació a través d'enquestes i entrevistes als docents per conèixer com s'aborda el tema de la mort i el dol a l'escola.
- Proporcionar un conte com a recurs per entendre i treballar el concepte de la mort i el dol amb els infants.
- Valorar si el recurs ha estat útil i ha complert amb els objectius que s'han establert.

3. Antecedents teòrics o pràctics de referència

3.1 Introducció a la mort i el dol

3.1.1 La mort

La mort és part de la vida. Tots els éssers vius hem d'enfrontar-nos-hi en algun moment. No obstant això, només els humans som conscients d'aquesta fi inevitable, fet que ens obliga a viure constantment amb la consciència de la nostra pròpia mortalitat i la dels éssers que estimem (Bauman, 2007). Aquest coneixement, tot i ser dolorós, ens ajuda a entendre la transitorietat de la nostra existència i, segons Colomo (2016), és fonamental per poder valorar plenament la vida.

Malgrat els avenços científics, segueix sent un enigma que desafia la comprensió humana. El final de la vida deixa una gran quantitat de preguntes que s'han abordat des de diverses perspectives. En un intent de trobar-hi respostes, la mort ha estat interpretada de maneres molt diverses segons les religions, cultures i creences, ja sigui com un pas cap a una altra vida, una reencarnació o un final absolut, però cap d'aquestes interpretacions ens ofereix una certesa absoluta. A més, el seu caràcter irreversible i inevitable, amb altres fets, com ara les morts prematures, ens recorden que no hi tenim control (Fabra, 2017).

Com afirma Cantero (2013), vivim en una societat que tendeix a negar la mort, fet que dificulta la comprensió profunda d'aquest fenomen, ja que sovint es tracta amb silenci i s'evita parlar-ne. Aquesta actitud fa que el dol i les emocions associades a la pèrdua siguin més difícils de gestionar, pel fet que es crea una barrera per afrontar la realitat de la mort de manera natural. Aquesta absència de debat sobre la mort també intensifica la por, no només a la nostra pròpia mort, sinó també a la pèrdua dels nostres éssers estimats. La pèrdua d'un ésser estimat és una experiència que molts de nosaltres haurem de viure en algun moment, i aquest procés sempre va acompanyat d'un període de dol.

3.1.2 El dol i les seves fases

Tot i que el terme *dol* té diverses definicions, totes coincideixen a descriure'l com un procés psicològic d'adaptació davant la pèrdua d'una persona estimada (Colomo, 2016). Com a procés, implica que no és immediat i que es desenvolupa de manera dinàmica. Díaz (2016) subratlla que requereix temps i no segueix una trajectòria lineal. A més, és un fet habitual i normal en les persones, que comporta un treball personal únic en cadascú.

Segons Kübler-Ross i Kessler (2006), el dol inclou cinc fases; la negació, en què la persona no accepta la pèrdua i pot sentir incredulitat; la ira, que es manifesta en frustració i ràbia cap a la situació, altres persones o, fins i tot, cap a un mateix; negociació, consisteix a buscar alguna forma de revertir la pèrdua, com a pactes interns o amb una força divina, per tal d'evitar la situació; la depressió, caracteritzada per una profunda tristesa, desesperança i, fins i tot, aïllament: finalment l'acceptació, en què la persona pren consciència de les diferents condicions de la vida i comença a trobar pau amb la nova realitat. Tot i que no és una etapa que representi alegria, sinó, alleujament emocional i comprensió del que pot haver succeït.

3.1.3 El paper de l'educació emocional en el procés de dol

Les emocions són respostes a estímuls externs o interns i poden estar vinculades a esdeveniments passats, presents o futurs (Bisquerra, 2009). En el cas del dol, l'emoció es desencadena per la pèrdua, la qual provoca una resposta natural del cos que pot generar sentiments com el desconsol, la tristesa o la ràbia. Malgrat la seva intensitat, les emocions tenen una funció essencial: ajudar les persones a adaptar-se al seu entorn (París, 2013).

L'experiència de la pèrdua implica un procés emocional complex en què poden sorgir tant emocions negatives com positives. Segons Worden (1997), és habitual que es produeixi una identificació amb allò que s'ha perdut, fet que pot portar a la idealització de la relació i generar sentiments de culpa. Alhora, en alguns casos, la pèrdua pot anar acompanyada d'alleujament, especialment quan la mort arriba després d'un període prolongat de patiment.

L'estat emocional de cada persona en dol depèn de múltiples factors, i és fonamental prendre consciència de les emocions que es viuen per poder gestionar-les de manera saludable. Segons París (2013), aquest procés d'autoconeixement i regulació emocional és especialment rellevant en contextos d'acompanyament al dol, ja sigui des d'una perspectiva personal o professional.

3.1.4 Expressió de les emocions

Calandín (2022) exposa que expressar les emocions és fonamental per al benestar emocional i físic. És important exterioritzar les emocions, ja que permet desfer-se de les càrregues emocionals negatives, millorar la salut mental i afavorir la connexió amb els altres.

Quan no expressem el que sentim, podem acumular malestar que afecta tant la nostra ment com el nostre cos, i pot provocar estrès i, fins i tot, malalties físiques. Hi ha estudis científics que confirmen l'existència d'una estreta relació entre el nostre cos i les emocions (Barreiro, 2020). En aquest sentit, Pellicer (2011) afirma que les emocions es manifesten primer al cos, provocant canvis físics. Aquesta primera sensació corporal ens dona pistes per identificar les emocions que estem experimentant, cosa que permet comprendre-les millor i respondre adequadament.

Per això, és important trobar maneres de canalitzar les emocions de manera saludable. Poden expressar-se de diverses maneres, com ara verbalment o corporalment, per mitjà de l'escriptura terapèutica, mitjançant accions i conductes, a través de la creativitat i l'art, entre altres (Calandín, 2022). No hi ha una manera única o correcta que funcioni per a tothom, ja que cadascú té les seves pròpies maneres d'expressar i gestionar les emocions segons les seves necessitats i contextos.

3.2 El dol en la infància

3.2.1 Diferències entre el dol adult i el dol infantil

El procés de dol en infants presenta característiques diferents al procés dels adults (Hoyos, 2015). Tal com exposa Díaz (2016), en primer lloc, la seva vida no sol interrompre's i continua amb el seu ritme habitual, mantenint les rutines diàries com un factor protector en el procés de dol. A diferència dels adults, els infants expressen les seves emocions de manera diferent, sovint a través de vies alternatives, com el joc o altres formes de comunicació no verbal. També tendeixen a preservar les seves àrees vitals i el dol afecta principalment una o dues d'aquestes àrees, com les relacions familiars o la seva seguretat emocional. La pèrdua en els infants es tradueix més sovint en pèrdues concretes i immediates, com la desaparició d'una persona o d'un objecte significatiu, i la comprensió de la mort es desenvolupa amb l'edat. A més, els infants necessiten comunicar les seves inquietuds i dubtes als adults per poder resoldre el seu dolor. Finalment, el suport familiar i social és essencial per ajudar-los a superar el dol, i la informació que reben sobre la pèrdua ha de ser adequada i comprensible a la seva edat.

3.2.2 El dol segons l'edat (6-12 anys)

S'ha de tenir en compte que la manera en què els infants i adolescents entenen la mort i expressen el dol canvia segons la seva edat, amb variacions en la percepció i manifestació del dolor a mesura que creixen.

Centrant-nos en l'etapa de primària, a partir dels 6 anys, els infants comencen a comprendre la mort com un fenomen irreversible i universal. És una etapa especialment difícil, atès que passen de la fantasia a la realitat (Hoyos, 2015) i experimenten un sentiment de culpabilitat perquè se senten responsables de la mort (Cantero, 2013). D'acord amb García et al. (2011) en aquest moment apareix el temor per la seva vida i la dels seus éssers estimats. Aquesta nova concepció pot generar pors i preguntes recurrents sobre la mort, es comencen a qüestionar què és la mort, perquè morim, a on anem quan morim, etc. (Poch i Herrero 2003). Per aquest motiu, és essencial proporcionar respostes clares i sinceres, i evitar ambigüitats que puguin crear confusió.

Cap als 10 anys ja comprenen totes les dimensions de la mort, com un final, definitiu i inevitable (García et al., 2011). Comprenen que les funcions vitals s'aturen completament i són conscients que aquesta interrupció és definitiva. Durant la preadolescència poden tenir dificultats per expressar els seus sentiments, per això és essencial acompanyar-los amb comprensió i facilitant recursos per a la seva expressió. La seva participació en els rituals de comiat pot ser beneficiosa, ja que els permet sentir-se inclosos en el procés de dol i donar significat a la pèrdua (Díaz, 2016).

En totes aquestes etapes és essencial que els adults proporcionin un suport emocional adequat cap a l'infant. Tal com afirmen Poch i Herrero (2003) es tracta de normalitzar aquest fet, validant les seves emocions i proporcionant un espai segur on puguin expressar-se sense pressió.

3.2.3 Comunicar la mort als infants

No hi ha una única manera de comunicar una mala notícia a un infant, però, igual que els adults, necessiten respostes i comprendre què està passant (García et al., 2011). Tot i que cada situació és diferent i depèn de múltiples factors, alguns consells poden ajudar a fer aquest moment més comprensible i menys impactant.

Seguint les recomanacions de García, et al. (2011), és important triar un moment d'intimitat, en un espai tranquil, per permetre que l'infant se senti part del procés i pugui expressar els seus dubtes i emocions. La notícia l'hauria de donar una persona propera, preferiblement un progenitor o algú amb qui tingui un vincle especial, per garantir-li seguretat i afecte. Cal mantenir la calma sense

reprimir les emocions, ja que expressar-les de manera natural ajuda el nen a entendre que són vàlides. No obstant això, si la persona encarregada de comunicar la notícia està molt afectada, és preferible que ho faci algú més serè.

És fonamental respondre amb sinceritat a les preguntes de l'infant, per difícils o delicades que siguin, i acceptar que pot necessitar temps per assimilar la informació. Per això, és recomanable donar-li la informació de manera gradual, adaptant-la al seu ritme i necessitats (García, et al. 2011).

3.2.4 Creences errònies sobre el dol i els infants

Avui en dia, la mort continua essent un tema tabú, especialment entre els infants, ja que es creu erròniament que no estan afectats per la pèrdua. Aquesta concepció ens porta a allunyar-los de l'entorn de la mort per protegir-los, pensant que així evitem que experimentin el mateix sofriment que nosaltres (Artaraz et al., 2017).

Els infants, igual que els adults necessiten respostes i explicacions clares per entendre què està passant. L'autora Díaz (2016), a la seva guia *Hablemos de duelo*, subratlla la importància de parlar amb els infants sobre el dol, mentre que Poch i Herrero (2003) ressalten que el missatge que transmeten els adults serveix com a model per afrontar la pèrdua. Això vol dir que la manera com els adults comuniquen i gestionen la situació influirà en la manera com els infants ho interioritzen i ho viuen.

Alguns mites socials que condicionen la manera com es tracta el dol infantil, tal com exposa Artaraz, et al. (2017), són frases com *l'infant no entén el que està vivint o si li ocultem el dolor, serà més fàcil* parteixen de la idea errònia que els nens no perceben la pèrdua i que mantenir-los al marge els protegeix. Tanmateix, negar-los informació pot generar més pors i incerteses. També és comú pensar que *els funerals i tanatoris poden traumatitzar l'infant*, quan en realitat la seva participació en aquests rituals pot ajudar-los a comprendre la realitat de la pèrdua i a processar el dol de manera més saludable. Altres mites, com *el temps ho cura* o *la persona morta no voldria veure't així*, poden fer que els infants reprimeixin els seus sentiments per por de molestar els altres o de no estar gestionant la pèrdua correctament. A més, expressions com *hi ha morts millors que altres* poden transmetre la idea que certes pèrdues són més vàlides que d'altres, la qual cosa genera confusió i dificulta l'expressió del dolor.

3.2.5 Indicadors

D'acord amb Saltó (2020), el dol es manifesta a través de diverses reaccions que cal conèixer i comprendre. Físicament, poden aparèixer símptomes com falta d'aire, buit a l'estómac, mal de cap o debilitat. En l'àmbit conductual, són comunes les alteracions del son i de l'alimentació, el plor i l'aïllament social. Pel que fa a les emocions, el dol pot generar tristesa, ira, culpa, retrets, ansietat i una sensació de soledat o abandonament. Finalment, des del punt de vista cognitiu, poden sorgir dificultats de concentració, confusió i distorsions de la realitat.

3.2.6 Les quatre tasques del dol

Segons Worden (1997), el procés de dol consta de quatre tasques importants. La primera és reconèixer la realitat de la pèrdua, i acceptar que la persona morta no tornarà, un procés que requereix temps i acceptació tant intel·lectual com emocional. La segona tasca consisteix a treballar les emocions i el dolor de la pèrdua, evitant conductes disfuncionals i tractant de no mantenir lligams amb el passat. La tercera tasca és adaptar-se a la nova realitat sense la persona morta, i entendre que cada procés de dol és únic segons les circumstàncies de la pèrdua i els llaços emocionals amb el difunt. Finalment, la quarta tasca és ubicar emocionalment el mort en la vida del que ha patit la pèrdua, i ajudar-lo a integrar aquesta absència sense oblidar la persona, per poder continuar amb la seva vida.

3.3 La mort i el dol als centres educatius

3.3.1 Educar per la mort

La pèrdua d'un ésser estimat és un dels esdeveniments més estressants i difícils en la vida d'una persona (Echeburúa i Herrán, 2007). Per això, és fonamental que, des de l'àmbit pedagògic, es tracti aquest tema de manera adequada. Si entenem l'educació com una eina formativa, parlar a les escoles sobre la malaltia, les pèrdues i la mort pot ajudar els infants a adquirir una visió més profunda i autèntica de la vida.

Un dels objectius de l'educació hauria de ser normalitzar aquesta temàtica, i oferir eines i recursos que ajudin els infants a afrontar les situacions de pèrdua i a expressar els seus sentiments (Poch i Herrero, 2003). Com a professionals de l'educació, el nostre treball consisteix a ajudar a la superació positiva del dol i a desenvolupar habilitats de resiliència per afrontar els obstacles que es presentaran al llarg de la vida (Navarro, 2017).

Acostumem a centrar-nos en l'educació sobre la vida, deixant de banda el tractament de la mort, un fet que forma part inevitablement de l'existència. Tal com afirma Cantero (2013), educar és preparar per a la vida, però també és essencial aprendre a morir, ja que aquest aprenentatge comporta beneficis importants per al desenvolupament personal. En aquest sentit, Artaraz et al. (2017) argumenten que educar sobre la mort és, ahora, educar per la vida.

Malgrat la seva importància, la temàtica de la mort no està recollida específicament en cap apartat del currículum educatiu. Tot i això, es podria integrar dins l'àrea d'educació en valors, o, millor encara, treballar-la com a temàtica transversal en diverses àrees d'aprenentatge, per tal que els infants la puguin entendre i afrontar des de diferents perspectives.

3.3.2 Impacte en la comunitat educativa

Les morts afecten de manera diferent a la comunitat educativa segons de qui es tracti. Cada situació requereix un enfocament particular, ja que l'impacte emocional no és el mateix en cada cas. Miret (2016), estableix diferents graus d'afectació:

En primer lloc, la mort d'alumnat, és la situació més impactant i dolorosa per a tota la comunitat. Cal informar els alumnes de manera clara i senzilla, i donar espai a l'expressió de les emocions. Es recomana fer un comiat col·lectiu per canalitzar el dol i donar suport a la família.

En segon lloc, la mort de personal docent o no docent depèn del vincle que aquesta persona tingui amb l'alumnat, l'impacte pot ser més o menys gran. Cal comunicar la notícia adequadament i organitzar rituals de record al centre, i permetre la participació de la comunitat i la família del difunt.

En tercer lloc, la mort de la mare, pare o germans/es és una situació freqüent i d'alta afectació. És important informar tota l'escola per donar suport al menor afectat. S'ha de fomentar l'expressió emocional a través d'activitats com escrits o dibuixos i trencar el tabú sobre la mort.

En darrer lloc, la mort d'altres familiars, amiat i veïns, si l'alumne comunica la pèrdua d'algú proper, és fonamental escoltar-lo i obrir espais de conversa per ajudar-lo a gestionar el dol i normalitzar el tema de la mort dins l'escola.

3.3.3 Accions que es poden realitzar a l'escola

L'entorn educatiu és el lloc on els infants passen una gran part del seu temps, després de l'entorn familiar, i per tant, ha de ser un espai adequat per abordar temes com la mort i el dol. Díaz (2016) proposa diverses estratègies per ajudar l'alumnat afectat per la pèrdua d'un ésser estimat. Destaca la

importància de les accions preventives, que poden ser implementades abans que es presenti una situació de dol. El rol dels docents és fonamental en aquests moments difícils, ja que, en algun moment, tots ens hi haurem d'enfrontar. Per això, la formació del professorat sobre temes relacionats amb la mort, el dol, el trauma i la resiliència és essencial.

La mateixa autora afegeix que és clau establir una comunicació fluida entre la família i l'escola. Cal que els docents estiguin informats de la situació tan aviat com sigui possible per poder oferir una resposta adequada i eficient. Quan l'infant torni a l'escola, és important proporcionar-li un espai on pugui expressar-se i garantir que se senti acompanyat. Si la família hi està d'acord, és recomanable compartir la situació amb el grup classe, respectant sempre els desitjos de l'infant sobre com gestionar-ho. També és important mostrar flexibilitat en les tasques escolars i permetre que l'infant pugui sortir de l'aula si ho necessita, així com respectar les seves decisions, com no participar en celebracions especials.

Finalment, Díaz (2006) considera que cal fomentar el respecte entre els companys. Molts infants poden sentir por sobre com seran percebuts pels altres, per la qual cosa cal prestar especial atenció a com es comunica la situació a la resta de la classe, i vetllar sempre per la intimitat i els sentiments de l'infant afectat.

3.4 Recurs per treballar la mort i el dol a l'aula

Segons Echeburúa i Herrán (2007), no existeix una fórmula màgica per afrontar experiències tan complexes i doloroses com el dol. No obstant això, hi ha estratègies i pautes que poden ajudar a gestionar aquest procés de manera més saludable.

3.4.1 El conte com a recurs didàctic

Els contes poden ser una eina molt eficaç per abordar les quatre tasques del dol que Worden (1997) defineix, ja que permeten als infants viure el procés de pèrdua en un context simbòlic, segur i comprensible.

La literatura té una funció socialitzadora que es pot aprofitar per normalitzar temes plens de tabús i prejudicis socials (Colomer, 2020). Segons Vygotsky (1978), l'aprenentatge es construeix a través de la interacció social, per tant, compartir històries i parlar-ne en grup pot ajudar els infants a elaborar millor les seves emocions.

Segons Méndez del Portal (2017), la narració i la lectura de contes no només fomenten la imaginació i la creativitat, sinó que també ofereixen als docents una oportunitat per comprendre com els

estudiants raonen, interpreten i construeixen arguments davant de situacions hipotètiques, i afavoreix el desenvolupament del pensament crític i la capacitat de trobar solucions a diferents desafiaments. En aquest sentit, Gussin Paley (2018) argumenta que els contes són una via indirecta, però eficaç per abordar temes complexos o delicats, com la mort i el dol, ja que proporcionen als infants un marc de referència proper i accessible per entendre situacions difícils.

En aquesta mateixa línia, Balduzzi (2017) destaca que la narració és una eina fonamental en l'educació, perquè facilita l'aprenentatge i el desenvolupament personal. La seva rellevància rau en el fet que permet compartir experiències significatives, construir identitat i enfortir les relacions educatives. A més, l'acte d'escoltar i cuidar les històries dels educands fomenta la confiança i el creixement emocional, i converteix la narració en una eina amb un gran poder transformador i terapèutic dins l'àmbit educatiu.

Les persones que travessen un procés de dol sovint es veuen reflectides en determinats personatges que poden afavorir el seu desenvolupament personal. Observar un referent que experimenta una transformació els transmet esperança i els ajuda a reconèixer que és possible trobar un nou propòsit i sentit a la seva vida. De manera inconscient, no només canvien, sinó que també descobreixen formes de sanar-se (Daugherty, 2021).

4. Metodologia

L'actual treball adopta una metodologia qualitativa amb alguns elements quantitatius, amb l'objectiu de comprendre com s'aborda la temàtica de la mort i el dol en l'educació primària, des del punt de vista dels docents, i alhora desenvolupar un recurs didàctic per treballar aquestes qüestions a l'aula.

En primer lloc, s'ha realitzat una revisió bibliogràfica exhaustiva amb l'objectiu de fonamentar el marc teòric del treball. Per fer-ho, s'han consultat llibres, articles acadèmics, guies educatives i altres recursos pedagògics relacionats amb la mort, el dol, l'educació emocional i la intervenció en contextos escolars. La major part de les fonts utilitzades han estat extretes de bases de dades acadèmiques com Google Scholar i dels recursos digitals del CRAI (Centre de Recursos per a l'Aprenentatge i la Investigació) de la Universitat de Barcelona, així com també de documents físics de la biblioteca. Les paraules clau utilitzades per a la cerca d'informació han estat: *mort, dol, infància, acompanyament emocional i escola*. Aquesta revisió ha permès conèixer les diferents perspectives teòriques sobre el dol i establir les bases per a la posterior proposta educativa.

Per tal de conèixer com es treballa el dol en els centres educatius i quines necessitats tenen els docents en aquest àmbit, s'ha dut a terme un procés de recollida d'informació mitjançant un

formulari dirigit al professorat d'educació primària (vegeu l'annex 1, p. I). L'eina dissenyada per a aquesta recerca inclou principalment preguntes tancades, amb l'objectiu de facilitar la resposta dels docents i obtenir dades majoritàriament quantitatives. No obstant això, també s'ha incorporat una pregunta oberta per recollir informació qualitativa, la qual permet aprofundir en les opinions i experiències dels participants. Les preguntes del formulari estan dissenyades per explorar diversos aspectes relacionats amb el treball del dol en l'entorn escolar. En concret, es vol conèixer la formació del professorat en matèria de dol, les experiències que han viscut a l'aula en tractar temes relacionats amb la mort, les emocions que aquests temes els generen quan interactuen amb els infants, així com els recursos que utilitzen o coneixen per abordar aquests processos.

4.1 Anàlisi de resultats

L'enquesta ha recollit una cinquantena de respostes de professionals de l'educació primària (vegeu l'annex 1, p. I). La majoria de persones que han contestat treballen en centres públics (96,2%) i compten amb més de 10 anys d'experiència docent (65,4%). Un 21,2% del total té entre 5 i 10 anys d'experiència, mentre que només un 13,5% porta menys de 5 anys exercint la docència. Aquest perfil majoritari de professionals amb una trajectòria consolidada aporta una visió madura i fonamentada sobre la temàtica abordada, basada en el contacte directe i sostingut amb l'alumnat i les seves necessitats emocionals.

Pel que fa al tractament del tema de la mort a l'aula, un 80,8% dels docents consideren que és fonamental parlar-ne, ja que el veuen com una part essencial de l'educació emocional dels alumnes. D'altra banda, un 19,2% opinen que només cal tractar-lo en cas de pèrdues personals d'un ésser estimat (vegeu figura 1 a l'annex 1, p. I). Aquesta opinió mostra una consciència creixent sobre la importància de la gestió emocional i el suport en moments difícils, però també evidencia certs límits pel que fa a l'enfocament preventiu.

Un 71,2% dels docents creuen que aquest tema hauria de començar a tractar-se en l'etapa d'educació infantil, per tal d'oferir als infants eines per comprendre la mort i gestionar les emocions des de les primeres etapes del seu desenvolupament. Un 19,2% considera que s'hauria d'introduir al cicle inicial de primària, mentre que la resta opina que seria adequat abordar-lo a cicle mitjà.

Seguint en aquesta línia, un 56,9% del professorat afirma haver abordat el tema de la mort i el dol a l'aula com a resposta a una situació de pèrdua viscuda per l'alumnat, la qual cosa demostra, que sovint aquest tema s'introdueix de manera reactiva. Per altra banda, un 23,5% indica que ho ha treballat de manera planificada, integrant-lo dins d'un projecte o activitat educativa, fet que

reflecteix una voluntat d'incloure aquest aspecte dins del currículum emocional. En canvi, un 19,6% dels docents reconeix no haver tractat mai aquest tema perquè no ho considera necessari, cosa que posa de manifest la diversitat de percepcions i posicionaments dins del col·lectiu docent.

Les respostes sobre les reaccions dels infants davant la mort mostren una gran diversitat. Més de la meitat dels docents (55,6%) apunten que els infants mostren curiositat i volen saber més sobre el concepte de la mort. També és comú que els alumnes s'obrin a parlar sobre les seves pròpies experiències (77,8%), així com que mostrin emocions com tristesa o por (64,4%). Alguns infants poden mantenir-se en silenci (46,7%) o mostrar desconcert, la qual cosa evidencia la complexitat emocional que envolta aquest tema. Aquesta diversitat de respostes posa de manifest la necessitat de tenir un enfocament flexible i sensible a cada situació i a les necessitats emocionals dels infants.

Així mateix, la gran majoria dels professionals (88,5%) considera que abordar la mort i el dol a l'escola contribueix de manera significativa a una millor gestió emocional per part de l'alumnat, la qual cosa ajuda a reduir les pors i les ansietats associades a aquestes experiències. Paral·lelament, un 84,6% dels docents destaca que aquest treball permet generar un espai segur i respectuós on els infants poden expressar els seus sentiments amb llibertat. A més, un 69,2% subratlla que tractar aquest tema també afavoreix l'empatia i el suport mutu entre els companys, promovent una convivència més comprensiva i solidària dins de l'aula (vegeu figura 7 a l'annex 1, p. II).

Pel que fa a la percepció dels docents sobre el seu propi rol en el tractament d'aquest tema, el 48,1% s'indiquen com a insegurs però disposats a abordar-lo amb els seus alumnes, la qual cosa suggereix que, tot i que no es senten totalment còmodes, són conscients de la seva responsabilitat i busquen maneres d'adaptar-se a aquesta situació. Un 44,2% afirma sentir-se còmode i preparat per tractar la mort a l'aula, la qual cosa pot indicar més experiència o confiança en les eines per gestionar aquest tema. Tanmateix, un 5,8% dels docents no han tractat mai aquest tema i un 1,9 es sent incòmode i prefereix evitar-ho, la qual cosa podria reflectir una manca d'oportunitats o recursos per tractar-lo adequadament.

En relació amb la disponibilitat de materials o protocols específics per tractar el dol a les escoles, només un 26,9% dels docents assenyalen que la seva escola disposa de recursos i protocols establerts. Un 17,3% afirma que tenen algunes eines, tot i que no existeixen protocols concrets per tractar el dol. Un 9,6% manifesta que a la seva escola no hi ha materials específics sobre aquest tema, mentre que gairebé la meitat dels docents (46,2%) desconeixen si la seva escola disposa de recursos o protocols específics. Aquesta falta de claredat i recursos pot indicar la necessitat de millorar el suport i les directrius específiques en aquest àmbit.

En relació amb els recursos utilitzats per tractar la mort amb els infants, els contes infantils són, el recurs més utilitzat (80,8%). Aquest resultat confirma l'eficàcia dels contes per transmetre emocions i conceptes complexos d'una manera comprensible per als nens. També s'utilitzen debats i espais de conversa (75%), que permeten als alumnes expressar els seus sentiments i parlar obertament sobre la temàtica. Els materials audiovisuals (46,2%) i les activitats simbòliques (26,9%) també són recursos emprats, però menys habitualment. Només un 2% dels docents no han fet servir cap recurs, indicant que la majoria ha utilitzat algun tipus de material per abordar aquesta qüestió amb els infants.

Quant a l'ús dels contes infantils, un 65,4% del professorat els considera molt útils per abordar el tema de la mort amb els infants, ja que faciliten la comprensió i l'expressió d'emocions. Un 30,8% opina que els contes haurien d'anar acompanyats d'altres activitats per ser més efectius. Només un petit percentatge (3,8%) valora que l'eficàcia dels contes depèn de l'edat i del context, i cap docent considera que no siguin útils (vegeu figura 12 a l'annex 1, p. IV).

En aquest sentit, 56% dels docents creuen que seria útil disposar d'un conte específic amb una guia didàctica per poder-lo utilitzar a l'aula. Aquest resultat indica una demanda per recursos estructurats i adequats per a l'abordatge d'aquesta temàtica. Un 38% considera que aquest tipus de recurs seria molt útil, mentre que un 6% no ho considera necessari. Això reflecteix un interès clar per materials que facilitin el treball sobre la mort de manera més estructurada i dirigida.

Per acabar, en la pregunta oberta proposada al final del formulari, s'ha recollit una àmplia varietat d'aportacions que posen de manifest les necessitats, inquietuds i propostes del professorat en relació amb el tractament de la mort i el dol a l'aula. El més destacat és la necessitat de formació específica per part dels docents per afrontar el tema de la mort i el dol amb seguretat i sensibilitat. També es fa evident la demanda de material adequat i adaptat a cada etapa educativa, especialment recursos com contes, guies didàctiques o activitats simbòliques, que facilitin el tractament del tema amb els infants.

Molts professionals coincideixen en la importància de normalitzar el tema i treballar-lo de forma transversal dins del currículum, sempre amb empatia, respecte per la diversitat i una actitud natural. Finalment, es destaca el valor de comptar amb acompanyament expert en situacions de dol, així com recursos compartits i consens entre el claustre per actuar de manera coordinada i eficaç. Així mateix, es poden veure tots els resultats al formulari de manera més detallada a l'apartat annex 8.1.

4.2 Recurs didàctic per abordar la temàtica

Un cop analitzades les respostes dels docents i tenint en compte la teoria prèviament estudiada, s'ha dissenyat un recurs didàctic en format de conte per abordar la mort i el dol amb infants d'entre 6 i 12 anys. Aquest recurs té com a finalitat facilitar l'expressió emocional i ajudar els infants a comprendre i acceptar la pèrdua d'una manera simbòlica i adaptada a la seva edat.

El conte ha estat elaborat tenint en compte els aspectes clau del dol en la infància i seguint les quatre tasques del dol segons Worden (1997). Per avaluar la viabilitat del conte com a eina pedagògica, s'ha fet una prova pilot amb l'alumnat de l'Escola Pràctiques de 4t de Primària. A més, s'ha elaborat una proposta d'activitats complementàries per aplicar el recurs a l'aula, així com una pauta d'avaluació formativa per recollir el retorn dels infants i del professorat després de la seva aplicació.

5. Proposta didàctica

5.1 Disseny de la proposta

El conte *Com es viu amb un nus al cor?*, s'ha creat com a eina pedagògica per acompanyar infants d'entre 6 a 12 anys en el procés de dol i en la comprensió de les emocions associades a la pèrdua. En el relat no s'especifica el tipus de pèrdua ni el vincle concret amb l'ésser estimat que ha mort. Així doncs, pot tractar-se d'un familiar (gran o jove), d'una amiatat, o d'una altra figura significativa en la seva vida.

La metàfora dels nus, que constitueix l'eix principal de la història, parteix d'una sensació física real i universal que moltes persones poden reconèixer i comprendre en moments de dol i malestar emocional. Aquesta idea fa tangible allò que sovint és invisible, perquè simbolitza efectes emocionals i físics com la profunda tristesa, l'ansietat, els pensaments confusos, etc. En ajudar els infants a identificar i posar nom a aquestes sensacions físiques i emocionals, el conte afavoreix la consciència corporal i el reconeixement dels seus sentiments, tal com proposa Bisquerra (2009).

El nus situat a la panxa representa l'ansietat i el nerviosisme que moltes persones experimenten en situacions d'estrès o incertesa. Aquesta sensació es tradueix en una tensió interna i física que genera malestar corporal i emocional. El relat posa de manifest la importància de reconèixer aquests sentiments i la necessitat de disposar d'eines i estratègies que ajudin a alleujar aquesta tensió i a recuperar l'equilibri emocional.

El nus a la gola simbolitza la dificultat d'expressar les emocions, que sovint es veu bloquejada per la por, la vergonya o la incertesa que pot sorgir després d'una pèrdua. El relat posa de manifest la

importància de crear espais segurs on es pugui compartir el dolor i les emocions sense judicis. A més, reconeix que, quan parlar en veu, alta resulta difícil, l'escriptura pot esdevenir una via alternativa i efectiva per exterioritzar i alliberar els sentiments reprimits.

El nus al cap representa la confusió mental i el desordre de pensaments que sovint acompanya el procés de dol. En aquests moments, els pensaments poden aparèixer caòtics i les emocions, contradictòries, la qual cosa genera una sensació d'angoixa i cansament mental. El relat exposa la necessitat d'aplicar estratègies que ajudin a clarificar la ment i a trobar calma interior, com ara la pràctica d'activitats que permetin desconnectar i relaxar-se.

Finalment, el nus al pit simbolitza la tristesa profunda que acompanya la pèrdua d'un ésser estimat. Aquesta emoció es manifesta sovint com una sensació de pressió, buit o dolor físic en aquesta zona. El relat posa de manifest que la tristesa és una resposta natural i necessària en el procés de dol i, tot i ser dolorosa, contribueix a mantenir viu el record de la persona perduda i acompanya el procés de curació emocional.

Per tal de facilitar la gestió d'aquestes emocions i sensacions, el conte incorpora un conjunt d'estratègies de regulació emocional pràctiques i accessibles per als infants, entre les quals es troben la respiració conscient, que ajuda a reduir la tensió física i restablir l'equilibri emocional; la comunicació i l'escriptura, que ofereixen vies per expressar sentiments i pensaments que, d'altra manera, podrien quedar bloquejats; i activitats com escoltar música, recordar moments positius o dibuixar, que contribueixen a alliberar la ment i fomentar la calma i la reflexió. Aquestes eines, d'acord amb les propostes de Calandín (2022) i París (2013), doten els infants de recursos pràctics per transformar el malestar emocional en expressió i autocura.

A més, el conte inclou preguntes obertes a la persona lectora, que conviden a reflexionar sobre la pròpia vivència emocional, per afavorir el diàleg i la identificació. Això facilita processos de mentalització i regulació emocional, i també pot promoure converses significatives en contextos educatius o familiars.

Quant al personatge principal, l'Oli, no té un gènere definit, cosa que fomenta la identificació oberta i inclusiva de qualsevol infant amb l'experiència emocional narrada. Aquesta elecció permet que el lector o lectora es projecti en el personatge sense condicionants de gènere, la qual cosa contribueix a una educació emocional respectuosa amb la diversitat.

Per a la il·lustració, s'ha optat per un estil senzill i minimalista, amb un fons blanc que aporta lluminositat i claredat (vegeu figura 1). El focus visual es posa en el fil negre, que esdevé un element

narratiu central, que simbolitza la connexió entre les emocions, els nusos interns i el recorregut emocional de l'Oli. Aquest recurs gràfic aporta continuïtat, sentit i comprensió al relat, mitjançant un llenguatge visual proper i expressiu. Pel que fa als colors utilitzats per a l'Oli, s'han escollit tons neutres i càlids que transmeten tranquil·litat i proximitat, per reforçar la idea de serenitat davant l'experiència emocional. A més, detalls en color groc, com les pàgines amb les preguntes que interpel·len el lector, aporten un toc de dinamisme i interactivitat, i conviden a una reflexió activa.



23

Figura 1. Pàgina 23 del conte. Font: Elaboració pròpia

Finalment, la figura del nus com a record al cor transmet que, quan una persona estimada mor, no desapareix de la nostra vida, sinó que es transforma en memòria afectiva. Aquest missatge, d'acord amb la teoria de les tasques del dol de Worden (1997), ofereix una visió realista i serena de la convivència amb la pèrdua, aprendre a viure amb el record sense que et paralitzi. Així, el conte ofereix una mirada amorosa i respectuosa sobre el dol, des del reconeixement, l'expressió i l'acompanyament emocional.

A banda del conte, s'ha creat una guia docent que serveix com a instrument de suport per al professorat en la implementació d'aquest recurs a l'aula. Aquesta guia inclou una descripció detallada del contingut del conte, els objectius educatius que es volen assolir i una explicació del simbolisme dels nusos presents en la història. A més, s'hi fan recomanacions i es proposen activitats i dinàmiques adaptades a diferents etapes educatives per treballar després de la lectura. També, s'ofereix un exemple de sessió didàctica que mostra com aplicar el recurs a l'aula.

5.2 Creació del material

La present proposta didàctica s'articula a partir de la creació de dos materials principals: el conte *Com es viu amb un nus al cor?* (vegeu figura 2) i una guia docent que l'acompanya (vegeu figura 3). A continuació, ambdós materials es posen a disposició a través d'un codi QR.



Figura 2. Codi QR del conte. Font: Elaboració pròpia.



Figura 3. Codi QR de la guia docent. Font: Elaboració pròpia.

5.3 Posada en pràctica de la proposta

Per tal d'avaluar la utilitat del conte com a recurs educatiu i emocional, es va dur a terme una prova pilot amb l'objectiu d'analitzar la recepció i l'impacte entre l'alumnat. La implementació del conte *Com es viu amb un nus al cor?* es va portar a terme en un grup de 4t de Primària, format per 25 infants d'entre 9 i 10 anys, seguint una programació detallada (vegeu Taula 1).

Descripció de l'activitat	Temps	Material
Introducció Es comença la sessió organitzant l'alumnat en rotllana, assegurant-se que tothom estigui còmode i es vegi entre si. S'explica que avui faran una activitat diferent i es presenta el conte <i>Com es viu amb un nus al cor?</i>, que els ajudarà a parlar sobre les seves emocions. S'aprofita aquest moment per crear un ambient obert i de confiança, en què els infants se sentin còmodes compartint els seus sentiments.	5 minuts	

Lectura del conte En rotllana, la mestra llegeix el conte <i>Com es viu amb un nus al cor?</i> en veu alta, assegurant-se de fer pauses en cada moment que ho consideri, de manera que tothom pugui anar seguint la història. El conte va acompanyat d'unes pàgines grogues que contenen reflexions i preguntes, que es poden anar fent en veu alta per ajudar l'alumant a pensar sobre les emocions que experimenta l'Oli. A més, la mestra va mostrant el conte i els dibuixos que l'acompanyen perquè els infants puguin connectar amb la història.	15 minuts	- Conte
Parlem del conte Després de la lectura, s'inicia una breu conversa amb els infants a partir de preguntes senzilles i obertes. No es busca obtenir respostes concretes, sinó afavorir la reflexió i la comprensió emocional.	5 minuts	
El meu nus Es reparteix un full en blanc a cada infant i, amb llana i cola, cada infant crea lliurement la representació del seu nus. Un cop feta la creació, escriuen al voltant del dibuix què creuen que provoca aquest nus i com els fa sentir.	15 minuts	- Cabdell de llana - Cola - Bolígraf - Tisores - Full
Tancament Per tancar l'activitat, es convida els infants a reflexionar sobre l'experiència viscuda i a compartir el seu nus, si ho desitgen.	5 minuts	

Taula 1. Programació de la sessió. Font: Elaboració pròpia

5.4 Resultats de la posada en pràctica de la proposta.

L'avaluació de la implementació i l'efectivitat de la proposta didàctica es va realitzar des de tres perspectives complementàries: la meua observació directa durant les sessions, les aportacions de la tutora de pràctiques present durant l'activitat i les valoracions expressades pels infants participants.

La proposta pedagògica del conte *Com es viu amb un nus al cor?* es va dur a terme en dues sessions de 45 minuts cadascuna, amb mig grup classe cada vegada (vegeu figures 15 i 16 de l'annex 2, p. V). Aquesta organització va permetre treballar amb grups reduïts d'aproximadament 12 infants, per crear un ambient de confiança, proper i acollidor, que va afavorir una atenció emocional més personalitzada. A més, portar a terme l'activitat dues vegades va ser especialment enriquidor, ja que va possibilitar comparar dinàmiques i observar com cada grup interpretava i expressava les emocions de manera diferent davant d'una mateixa proposta.

Des de la meua observació directa, l'activitat va tenir una molt bona acollida per part de l'alumnat. El missatge del conte, mitjançant la metàfora del nus, es va comprendre amb claredat i facilitat, tal com es pretenia. Els infants es van mostrar receptius, compromesos i interessats al llarg de tota la sessió, i van participar-hi activament en cada moment. La lectura del conte va generar un ambient molt agradable, silencios i respectuós, que va afavorir una escolta atenta i una plena concentració. Durant la conversa posterior, alguns infants es van sentir prou còmodes per a compartir vivències personals relacionades amb la pèrdua, i van demostrar una gran capacitat d'empatia i sensibilitat. A més, van aprofundir en el concepte del nus, amb reflexions genuïnes i molt interessants que van enriquir el diàleg i van evidenciar un bon nivell de comprensió emocional.

Pel que fa a les aportacions de la tutora de pràctiques, aquesta va valorar molt positivament tant el plantejament com el desenvolupament de l'activitat. Va destacar especialment l'efectivitat de la metàfora del "nus" com a eina per facilitar l'expressió emocional dels infants, així com l'ambient de seguretat que es va generar. També va coincidir en la conveniència de disposar de més temps per aprofundir en la conversa i permetre una representació emocional més pausada.

Segons les valoracions dels infants participants, la proposta va ser viscuda de manera molt significativa. Durant l'activitat creativa de representació del seu nus, la majoria es van expressar amb sinceritat i van demostrar una gran capacitat per identificar i posar nom a les seves emocions. Alguns van compartir experiències personals relacionades amb el dol o altres situacions emocionals que els havien impactat i que els generaven aquesta sensació de nus, fet que va reforçar el valor sentimental i educatiu de la proposta.

En finalitzar l'activitat, la valoració general dels infants va ser molt positiva. Molts van expressar la seva satisfacció per haver disposat d'un espai on poder expressar-se emocionalment, i van reconèixer que sovint no troben aquest tipus d'oportunitats a l'escola. A més, van destacar que l'ambient creat durant la sessió va ser molt especial i van manifestar el desig que aquesta experiència es pugui repetir en el futur.

No obstant això, es van identificar alguns aspectes a millorar per a futures aplicacions. Es va observar que alguns infants necessitaven més temps per completar la seva representació del nus i per expressar-se amb calma. Per aquest motiu, ampliar la durada de la sessió permetria allargar la conversa posterior a la lectura, disposar de més temps per a l'activitat creativa i tancar l'activitat de manera més pausada i respectuosa, perquè qui vulgui pugui compartir les seves reflexions i emocions amb el grup.

D'altra banda, la presència de la mestra de referència del grup durant l'activitat podria haver afavorit significativament el desenvolupament de la proposta. Comptar amb una figura estable amb la qual els infants tenen un vincle de confiança reforça la seva seguretat i facilita que s'obrin i comparteixin les seves experiències i emocions amb més llibertat. Tot i això, els infants es van mostrar més oberts del que s'esperava durant la sessió. Un cop finalitzada l'activitat, es va fer un traspàs detallat a la mestra sobre com havia anat i es va proposar que ella continuï treballant el tema a l'aula per aprofundir-hi i treure'n més profit.

En conclusió, la implementació de l'activitat basada en el conte *Com es viu amb un nus al cor?* ha estat una experiència pedagògica molt positiva. El conte s'ha demostrat un recurs didàctic clar, entenedor i emocionalment significatiu per als infants. La seva participació activa i les aportacions personals evidencien una necessitat real de ser escoltats i de disposar d'espais per expressar-se emocionalment dins de l'escola. Aquesta experiència reafirma la importància d'integrar de manera sistemàtica activitats d'educació emocional que afavoreixin la confiança, l'empatia i la comunicació oberta entre iguals.

Tot i identificar aspectes a millorar, com l'ajustament del temps o la implicació directa de la mestra de referència, l'activitat ha estat molt ben valorada tant pels infants com pel personal docent. L'impacte ha estat tan positiu que s'ha plantejat estendre la proposta a altres grups de 4t i fins i tot a altres nivells educatius, així com incorporar el llibre a la biblioteca del centre com a recurs habitual per al treball emocional. Aquesta experiència posa de manifest la rellevància i el gran potencial transformador d'iniciatives com aquesta, que situen l'educació emocional al centre del procés educatiu i contribueixen a construir una escola més acollidora, empàtica i conscient.

6. Conclusions

6.1 Conclusions sobre els objectius del treball

En aquest treball s'han plantejat quatre objectius principals: comprendre el concepte de dol i com es poden expressar les emocions associades; recollir informació sobre com es tracta aquest tema a l'àmbit escolar des de la perspectiva del professorat; proporcionar un recurs didàctic en forma de conte per acompanyar els infants en aquest procés; i, finalment, avaluar la utilitat d'aquest recurs en un context real.

La revisió teòrica ha permès definir amb claredat el concepte de dol, i s'ha evidenciat la seva complexitat emocional i les diverses formes en què es pot expressar. Aquest marc conceptual ha estat essencial per desenvolupar un recurs didàctic adequat, sensible i adaptat a les necessitats pedagògiques. Alhora, les dades obtingudes mitjançant enquestes i entrevistes amb docents han posat de manifest una manca de formació i eines específiques per abordar el dol a les aules, malgrat una consciència creixent sobre la seva importància.

En resposta a aquesta realitat, s'ha creat el conte *Com es viu amb un nus al cor?*, un recurs que tracta la mort i el dol des d'una perspectiva simbòlica i emocional, adaptada a l'edat dels infants. La seva implementació pràctica ha demostrat ser efectiva per afavorir l'expressió emocional i el diàleg a l'aula. L'avaluació final de l'experiència ha estat positiva, i ha indicat que el missatge del conte és clar i entenedor i que contribueix a generar espais segurs en què els infants poden compartir i gestionar les seves emocions.

En definitiva, els objectius del treball s'han assolit de manera satisfactòria, perquè s'ha aconseguit una bona comprensió del dol, s'han identificat les necessitats del professorat i s'ha creat un recurs didàctic efectiu. L'avaluació positiva confirma la seva utilitat i obre la porta a futures millores en la gestió emocional del dol a l'escola.

6.2 Limitacions de l'estudi

Amb tot, i amb voluntat de seguir avançant, cal reconèixer algunes limitacions d'aquest treball. Per una banda, tot i que el nombre de docents enquestats ha estat suficient per obtenir una mostra representativa, ampliar aquest nombre permetria obtenir una visió més àmplia i diversa de com es gestiona el dol en diferents centres i contextos educatius. A més, la incorporació de dades qualitatives, com ara entrevistes en profunditat amb docents i, fins i tot, amb infants que hagin

experimentat situacions de dol durant l'educació primària, enriquiria la comprensió dels processos emocionals i pedagògics implicats.

D'altra banda, la prova pilot del recurs didàctic s'ha aplicat només en un grup classe, fet que limita la possibilitat de generalitzar els resultats a altres contextos o nivells educatius. A més, no s'ha pogut realitzar un seguiment a llarg termini per avaluar l'impacte continuat del recurs en el desenvolupament emocional dels infants, fet que en dificulta la valoració a llarg termini.

6.3 Aportacions al context educatiu

Aquest treball contribueix significativament a l'àmbit educatiu en destacar la importància d'integrar el treball emocional sobre la mort i el dol dins de l'educació primària. En abordar un tema sovint evitat o tabú, el projecte obre la porta a una pràctica pedagògica més empàtica i realista, que té en compte les necessitats emocionals dels infants en situacions difícils.

El recurs didàctic desenvolupat ofereix un model d'intervenció que permet als docents facilitar l'expressió i la comprensió dels sentiments relacionats amb la pèrdua, i que contribueix a crear aules en què els infants se sentin escoltats i respectats. Això afavoreix la construcció d'un clima escolar més segur i proper, en què es promou la salut emocional com a part integral de l'aprenentatge.

A més, aquest treball assenyalava la necessitat d'incorporar formació específica i recursos pràctics per al professorat, la qual cosa pot afavorir una millor preparació davant situacions de dol i enfortir la resposta educativa en aquests moments delicats. Així, es reforça el compromís de l'escola com a agent de suport emocional i de desenvolupament integral dels alumnes.

6.4 Reflexió sobre la sostenibilitat

Aquest treball s'emmarca en la promoció d'una educació emocional integral, en línia amb l'Objectiu de Desenvolupament Sostenible (ODS) número 3, que busca garantir una vida sana i promoure el benestar per a totes les edats. Així doncs, la proposta d'acompanyar emocionalment els infants en processos de dol representa una contribució clau per a la salut mental i emocional, aspectes essencials per al seu desenvolupament integral. A través del recurs didàctic creat i la seva aplicació, s'ha posat de manifest la necessitat de generar espais escolars acollidors i sensibles en què els infants puguin expressar i gestionar les seves emocions relacionades amb la pèrdua. Aquest abordatge no només facilita l'elaboració del dol, sinó que també ajuda a prevenir possibles dificultats emocionals futures. Així, el treball no només respon a una demanda educativa, sinó que contribueix a fomentar una educació emocional de qualitat, inclusiva i adaptada a les necessitats dels infants.

6.5 Línies del treball futur

Pel que fa a línies d'actuació futures, es proposa incloure la veu de les famílies per comprendre millor la seva experiència i valorar la seva percepció sobre aquestes propostes. També seria interessant establir col·laboracions amb professionals de la psicologia i de l'acompanyament emocional per enriquir i validar les intervencions educatives.

A més, seria convenient explorar vies per difondre el conte a una escala més àmplia, de manera que pugui arribar a més infants, famílies i professionals de l'educació. Per aconseguir-ho, es podrien establir aliances amb escoles, biblioteques, editorials o plataformes educatives, així com promoure'n la difusió a través de canals digitals i xarxes socials. Aquestes accions contribuirien a visibilitzar la importància d'abordar el dol a l'aula i oferir recursos útils per acompanyar emocionalment els infants en situacions de pèrdua.

6.6 Reflexions personals

Des d'una perspectiva més personal, aquest treball ha estat una experiència profundament transformadora en l'àmbit professional i personal. El procés d'investigació teòrica i la recollida de dades a través de les enquestes m'han suposat un gran creixement acadèmic. Paral·lelament, la creació del conte i de la guia i el contacte directe amb els infants, les seves reaccions, preguntes i silencis, han estat un recordatori constant de la profunditat amb què viuen i interpreten el món emocional. Com a futura docent, aquest projecte ha consolidat la meva convicció i vocació d'acompanyar l'alumnat en el seu creixement tant educatiu com emocional, i m'ha impulsat a reivindicar una escola més humana, propera i connectada amb la vida real.

Es pot concloure que parlar de la mort amb infants no és un error, sinó una oportunitat per créixer emocionalment i per comprendre millor la vida. La mort forma part de la vida, i silenciar-la no fa desaparèixer el dolor, més aviat, l'amplifica. Per això, poder oferir eines perquè l'escola abordi aquestes situacions amb naturalitat i empatia és un compromís pedagògic i humà fonamental.

En definitiva, aquest treball no només tanca una etapa, sinó que obre una porta a noves preguntes i reptes. A més, evidencia que el benestar emocional és clau per a l'aprenentatge. Integrant l'acompanyament emocional de manera transversal i amb el compromís ferm de tota la comunitat educativa, podrem construir escoles inclusives, sensibles i preparades per afrontar amb èxit les complexitats que presenta la vida.

7. Referències bibliogràfiques

Agrelo-Costas, E., y Mociño-González, I. (2023). Literatura infantil: un camino educativo hacia la comprensión de la muerte. *Didáctica. Lengua y Literatura*, 35, 231-240

Artaraz, B., Blanco, V., García, J. A., González, F., Landa, V., i Sierra, E. (2017). *Guía sobre el duelo en la infancia y la adolescencia: Formación para madres, padres y profesorado*. Bizkaia: Colegio de Médicos de Bizkaia.

Balduzzi, E. (2017). La capacidad narrativa como fuente de desarrollo de la persona en perspectiva educativa. *Edetania*, 51, 147-156.

Barreiro, C. (2020). ¿En qué partes del cuerpo se sienten las emociones? *El Correo*. <https://www.elcorreo.com/vivir/relaciones-humanas/partes-cuerpo-sienten-20201221163255-ntrc.html?ref=https%3A%2F%2Fwww.elcorreo.com%2Fvivir%2Frelaciones-humanas%2Fpartes-cuerpo-sienten-20201221163255-ntrc.html>

Bauman, Z. (2007). *Miedo líquido. La sociedad contemporánea y sus temores*. Paidós.

Bisquerra Alzina, R. (2009). Psicopedagogía de las emociones. Síntesis.

Bisquerra Alzina, R. (2011). Educación emocional y bienestar. Wolters-Kluwer.

Calandín, A. (2022). *La Importancia de Expresar tus Emociones*. Amparo Calandín Psicólogos. <https://www.amparocalandinpsicologos.es/expresaremociones/>

Cantero, M.F. (2013). *La educación para la muerte. Un reto formativo para la sociedad actual*. Psicogente, 16(30), 424-438.

Colomer, T. (2017). *La literatura es el mejor instrumento para adquirir muchas competencias*. Otras Voces en Educación. <https://otrasvoceseneducacion.org/archivos/232422>

Colomo, E. (2016). Pedagogía de la muerte y proceso de duelo. Cuentos como recurso didáctico. REICE. *Revista Iberoamericana Sobre Calidad, Eficacia y Cambio En Educación*, 14.2(2016), 63–77.

Cortina, M. (s.d.) *Guia i orientacions per a l'atenció al dol des dels centres educatius*. Govern de les Illes Balears. <https://www.caib.es/sites/convivexit/f/373057>

Daugherty, P. (2021). Grief as an effective storytelling tool. *Death Studies*, 46 (9), 2283 - 2286. <https://www.scribd.com/document/791387080/Grief-as-an-effective-storytelling-tool>

Díaz, P. (2016). *Hablemos del duelo. Manual práctico para abordar la muerte con niños y adolescentes*. Fundación Mario Losantos del Campo.

Echeburúa, E., y Herrán, A. (2007). ¿Cuándo el duelo es patológico y cómo hay que tratarlo? *Análisis y Modificación de Conducta*, 33(147), 31-50.

Fabra, M. L. (2017). *La nostra societat i la percepció de la mort. Perspectiva Escolar*. Rosa Sensat. <https://www.rosasensat.org/la-nostra-societat-i-la-percepcio-de-la-mort/>

García M., Gil, J. M., i Mateu, R. (2011). Els xiquets i la seua reacció a la mort d'un ésser estimat. *Anuari de l'Agrupació Borrianenca de Cultura: Revista de recerca humanística i científica*, (22), 41-50.

González, I., y Herrán, A. (2010). Introducción metodológica a la muerte y los miedos en educación infantil. *Tendencias Pedagógicas*, 15, 124-149. <https://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/article/view/1936/2046>

Gordillo, M. D., Gordillo, T., Guillén, E., Gordillo, M. J., y Ruiz, I. (2013). Crecer con la pérdida: el duelo en la infancia y adolescencia. *Revista Internacional de Psicología del Desarrollo y de la Educación*, 2(1), 493-498. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349852173033.pdf>

Gussin, V. (2008). *No puedes decirle que no puede jugar*. Amorrortu.

Herrán, A., y Cortina, M. (2008). La educación para la muerte como ámbito formativo: Más allá del duelo. *Revistas científicas complutenses: Psicooncología*, 2-3(5), 409-424. <http://revistas.ucm.es/index.php/PSIC/article/view/PSIC0808220409A/15442>

Hoyos, M.C. (2015). ¿Entendemos los adultos el duelo de los niños? *Acta pediátrica española*, 73(2), 27-32. <https://www.actapediatrica.com/images/pdf/Volumen-73---Numero-2---Febrero-2015.pdf>

Kübler-Ross, E., y Kessler, D. (2006). *Sobre el duelo y el dolor*. Ediciones Luciérnaga https://proassetspdlcom.cdnstatics2.com/usuarios/libros_contenido/arxiu/32/31277_Sobre_el_duelo_y_el_dolor.pdf

Méndez del Portal, R. (2017). El valor del cuento como recurso didáctico. *Educación*, (23), 41– 44. <https://doi.org/10.33539/educacion.2017.n23.1167>

Miret, A. (2016) *El centre educatiu de dol. Guia per afrontar la mort, el dol i les pèrdues en els centres educatius*. Tarannà Edicions. <https://www.caib.es/sites/convivexit/f/373053>

Navarro, Á. (2017). *Educació per a la mort i el dol a les aules de primària*. [Treball de Fi de Grau]. Universitat Ramon Llull. <https://dau.url.edu/handle/20.500.14342/1379>

París, M. (2013). *El dol: un procés emocional...* [Treball de Postgrau]. Universitat de Barcelona. <https://hdl.handle.net/2445/48215>

Poch, C., y Herrero, O. (2003). *La muerte y el duelo en el contexto educativo. Reflexiones, testimonios y actividades*. Barcelona: Paidós.

Saltó, M. (2020) “La mort i el dol: en parlem a l’escola?”. *Comunicació Educativa: revista d’ensenyament de les comarques meridionals de Catalunya*. 33, 83-101, <https://raco.cat/index.php/comeduc/article/view/393049>

Vila, M. (2022). *Proposta d’estudi a partir de la implementació d’un conte i un dossier d’activitats creats per al tractament del dol en infants d’educació primària* [Treball de Fi de Grau]. Universitat de Barcelona. <https://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/188826>

Vygotsky, L. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes..* Harvard University Press.

Worden, W. (1997). *El tratamiento del duelo asesoramiento psicológico y terapia*. Paidós.

ANNEXOS

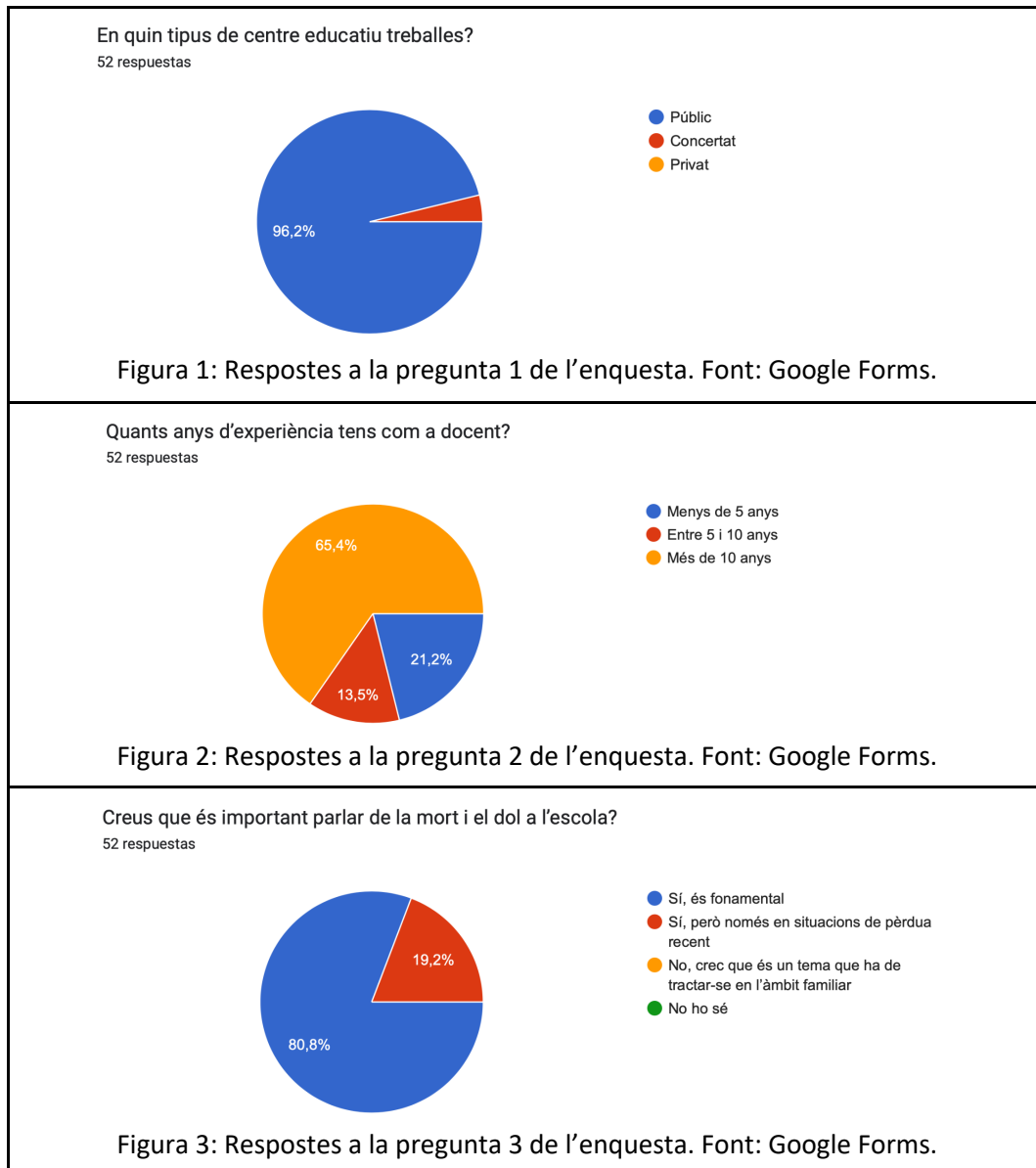
Índex

1. Annex 1	I
2. Annex 2	V

1. Annex 1

L'enllaç al formulari: <https://forms.gle/GAjoyxTsirFerbeA8>

Respostes al formulari adreçat al professorat.



A quina etapa escolar creus que es podria començar a parlar de la mort a l'escola?

52 respuestas

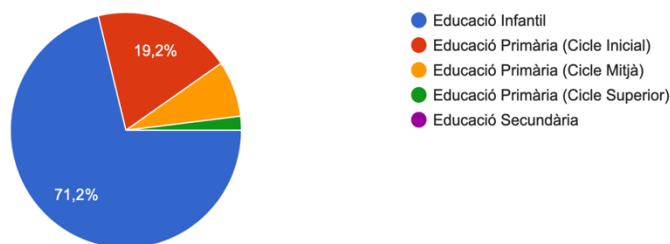


Figura 4: Respostes a la pregunta 4 de l'enquesta. Font: Google Forms.

Has tractat mai el tema de la mort i el dol amb el teu alumnat?

51 respuestas

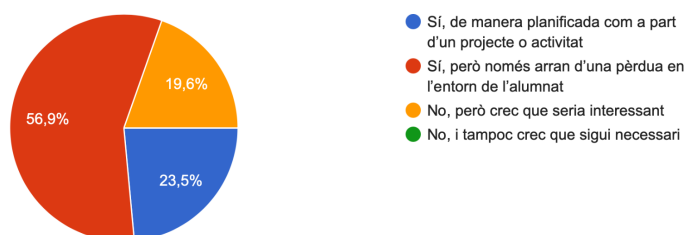


Figura 5: Respostes a la pregunta 5 de l'enquesta. Font: Google Forms.

En cas que s'hagi tractat el tema de la mort a l'aula, com reacciona l'alumnat? (En pots escollir més d'una)

45 respuestas

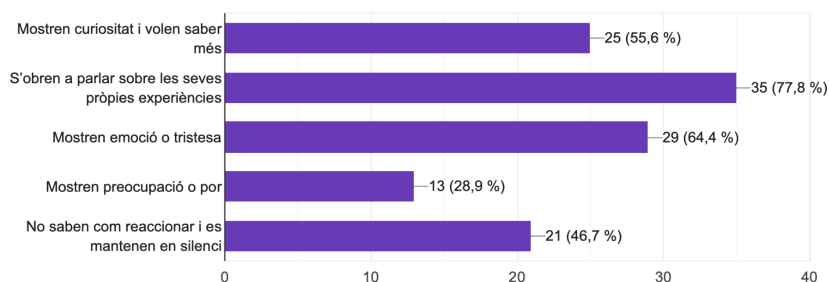


Figura 6: Respostes a la pregunta 6 de l'enquesta. Font: Google Forms.

Creus que tractar la mort i el dol a l'escola pot ser beneficiós per a l'alumnat? (En pots escollir més d'una)

52 respuestas

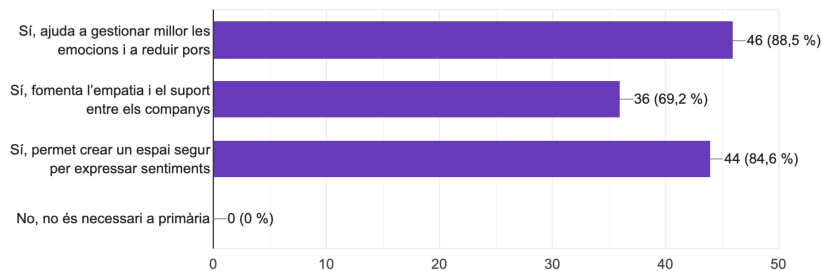


Figura 7: Respostes a la pregunta 7 de l'enquesta. Font: Google Forms.

Com a docent, com et sents a l'hora d'abordar aquesta temàtica amb el teu alumnat?

52 respuestas

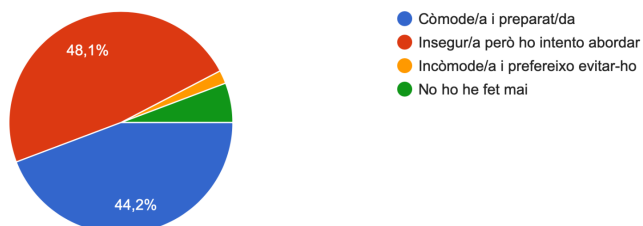


Figura 8: Respostes a la pregunta 8 de l'enquesta. Font: Google Forms.

A l'escola on treballes, es disposa de materials o protocols per tractar el dol?

52 respuestas

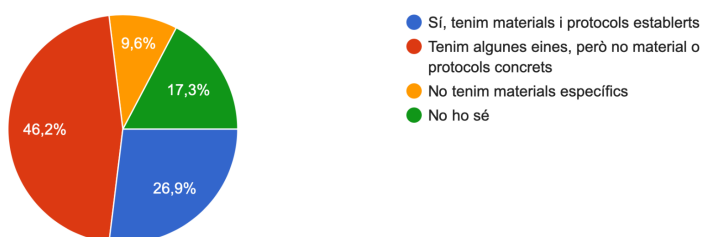


Figura 9: Respostes a la pregunta 9 de l'enquesta. Font: Google Forms.

Quins recursos has fet servir (o faries servir) per parlar de la mort i el dol amb el teu alumnat? (Selecciona totes les opcions que apliquin)

52 respuestas

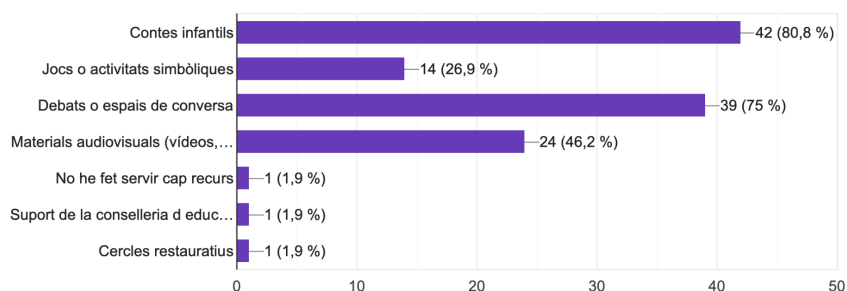


Figura 10: Respostes a la pregunta 10 de l'enquesta. Font: Google Forms.

T'agradaria tenir un conte específic sobre aquest tema amb una guia didàctica per utilitzar-lo a l'aula?

50 respuestas

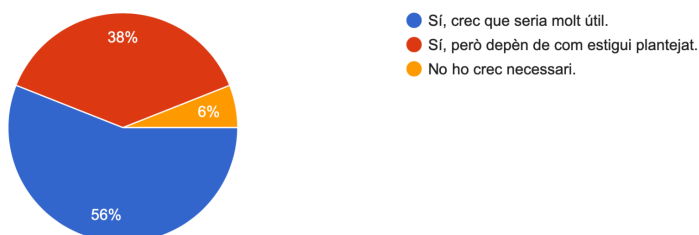


Figura 11: Respostes a la pregunta 11 de l'enquesta. Font: Google Forms.

Creus que els contes són un bon recurs per parlar de la mort amb els infants?

52 respuestas

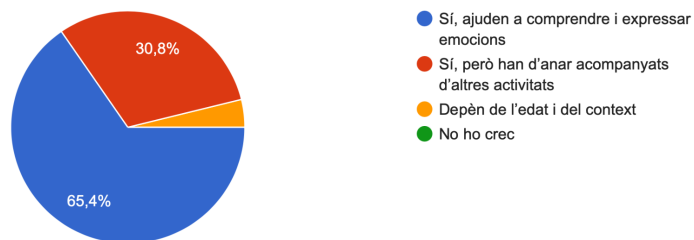


Figura 12: Respostes a la pregunta 12 de l'enquesta. Font: Google Forms.

Com a docent, què creus que necessites per abordar la mort i el dol amb l'alumnat de la millor manera?

37 respuestas

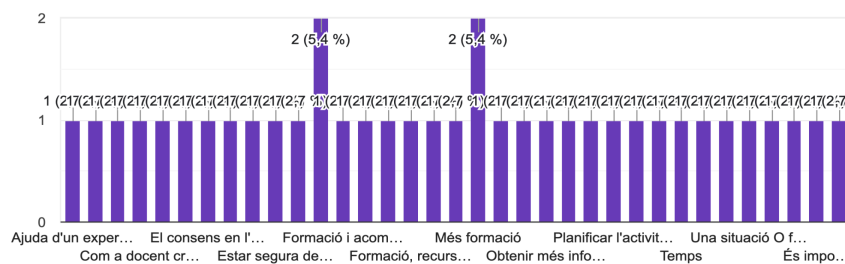


Figura 13: Respostes a la pregunta 12 del formulari. Font: Google Forms.

2. Annex 2

Imatges del dia de la intervenció.



Figura 14: El conte amb els cabdells de llana. Font: Elaboració pròpia.



Figura 15: Primer grup d'intervenció. Font: Elaboració pròpia.



Figura 16: Segon grup d'intervenció. Font: Elaboració pròpia.



Figura 17: Infant realitzant l'activitat.
Font: Elaboració pròpia.



Figura 16: Infants realitzant l'activitat.
Font: Elaboració pròpia.