

CUANDO ALGUIEN QUE QUEREMOS MUERE

Un viaje para comprender el duelo

Infantil y primer ciclo de Primaria

TODOS
LOS RECUERDOS
TAMBIÉN
SON AMOR



SENTIR
TAMBIÉN
ES UNA
FORMA DE
AVANZAR



RECUERDOS

APRENDIZAJE

ACEPTACIÓN

ESPERANZA

VIDA



Las
personas que
amamos siempre
viven en nosotros



ALEGRÍA
Lo bueno
también vive

TRISTEZA
Nos ayuda
a sanar

RECUERDOS
Que siempre
nos acompañan



MIEDO
Es parte
del camino

IRA
También
necesita un lugar

CALMA
Nos da fuerza
para seguir



HISTORIAS

MOMENTOS

PERSONAS ESPECIALES

SIEMPRE AQUÍ



Gracias
por haber sido
parte de mi historia



EL AMOR
TAMBIÉN
DEJA HUELLAS



UN
RECUERDO
TAMBIÉN
PUEDE SER
UN ABRAZO



@educarincon.del.maestro.jose • @viviendo_con_cerebro

Material de acompañamiento. No sustituye la atención profesional.

INFANTIL · 1. MI PANEL DE EMOCIONES



♡ Cuando alguien muere, podemos sentir muchas cosas.
Todas las emociones necesitan cuidado.

Sentir
también
está bien

A veces
me siento triste
y está bien.



TRISTEZA

A veces siento
rabia y también
está bien.



ENFADO

A veces tengo
miedo y busco
seguridad.



MIEDO

También puedo
sentir alegría
cuando recuerdo
lo bonito.



ALEGRÍA
AL RECORDAR

A veces no sé
qué siento.
Y también
está bien.



NO SÉ QUÉ
SIENTO



Rodea o colorea cómo te sientes hoy.



¿Cuánto lo sientes?



MUCHO

BASTANTE

POQUITO

Lo siento en mi cuerpo aquí:



Mi cuerpo
también habla
cuando siento
emociones.



Todas
mis emociones
importan

Leer y acompañar con una persona adulta.



Aquí también
hay amor



@educarincon.del.maestro.jose · @viviendo_con_cerebro



INFANTIL • 2. MI RECUERDO ESPECIAL



Recordar puede,
hacernos sonreír
y también llorar.
Las dos cosas
están bien.



LOS
RECUERDOS
TAMBIÉN
ILUMINAN
NUESTRA
VIDA



Rodea una opción:



PERSONA



MASCOTA



♥ Se llamaba: _____

★ Me gustaba cuando: _____

✿ Lo que más recuerdo es: _____

SIEMPRE
EN MI CORAZÓN



Realizar con acompañamiento adulto.

@educarincon.del.maestro.jose • @viviendo_con_cerebro



ALGUNAS PERSONAS
Y MASCOTAS DEJAN
HUELLAS PARA SIEMPRE



INFANTIL · 3. EL HILO DEL AMOR

El amor
también
se queda
aquí



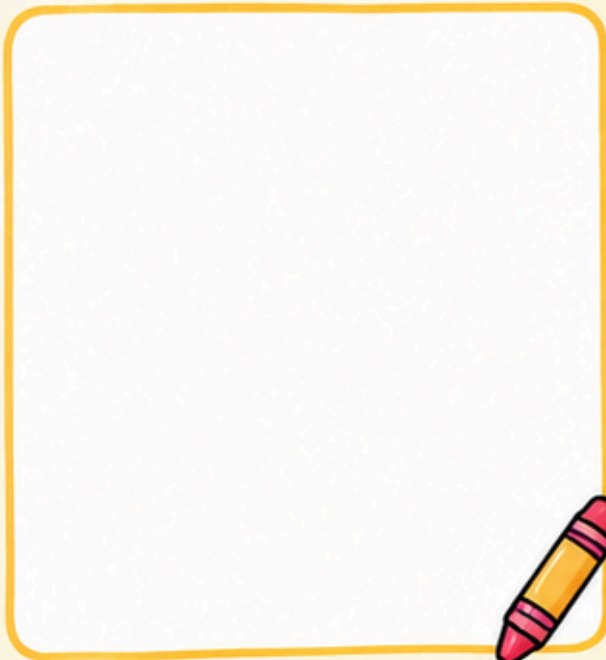
UN
HILO
QUE
SIEMPRE
NOS UNE

Aunque esa persona o mascota haya muerto
y ya no pueda volver, el cariño y los recuerdos
permanecen. ❤️

EL AMOR
NO SE VA

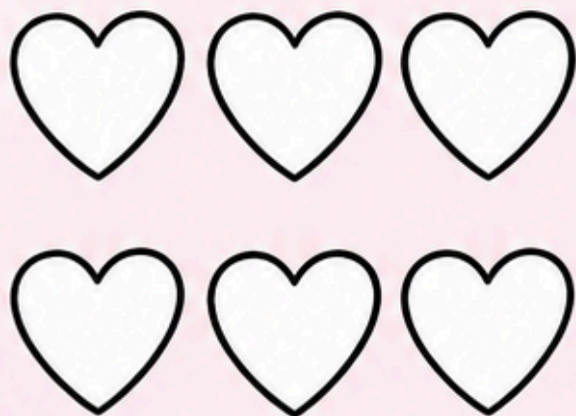
PERSONAS
MASCOTAS
HISTORIAS
QUE VIVEN

1 Dibuja algo que aprendiste de ella.



Pequeñas enseñanzas,
grandes huellas

2 Colorea un corazón cuando necesites recordarla.



Cada corazón es un recuerdo
que nos da fuerza. ❤️

3 Elige qué puedes hacer cuando la echas de menos.



PEDIR UN ABRAZO



MIRAR UNA FOTO



HABLAR DE ELLA



LLORAR CON ALGUIEN



Siempre
puedes contar
con alguien

La persona adulta que me ayuda es:



Sentir
también
está bien

AHORA VIAJAMOS A PRIMARIA

Primer ciclo • 6 a 8 años

PEQUEÑOS
PASOS
GRANDES
LOGROS



TUS
EMOCIONES
TAMBIÉN
VIAJAN
CONTIGO



UN NUEVO
COMIENZO



Aprendo
Cresco
Comparto
Me expreso
Soy yo



MAPA DE EMOCIONES



TODAS
MIS EMOCIONES
SON IMPORTANTES



PECUERDOS
QUE ME HACEN
QUIEN SOY



MENTES
CURIOSAS
CREAN
GRANDES
HISTORIAS



Comprender • expresar • recordar • pedir ayuda

EMOCIONES

AMISTAD

APRENDIZAJE

CONFIANZA

UN MUNDO MEJOR



PRIMARIA · 1. COMPRENDER LO QUE HA PASADO



Morir significa que el cuerpo ha dejado de funcionar. La persona o mascota que ha muerto no puede volver, pero podemos recordarla, hablar de ella y seguir sintiendo cariño.

Cada familia puede tener sus propias creencias sobre lo que ocurre después.



Recordar también es una forma de cuidar.



Ha muerto:



UNA PERSONA

☐

UNA MASCOTA

☐

Se llamaba:



Lo que entiendo que ha ocurrido es:



? Escribe o dibuja una pregunta que todavía tengas.



Aviso adulto:

Responder con sinceridad y palabras sencillas. Evitar "se durmió" o "se fue".



Aquí también crece el amor. ❤️

Centro de emociones

Sentir también forma parte camino

PRIMARIA · 2. EL MAPA DE LO QUE SIENTO

Todas mis emociones son bienvenidas aquí

ESCUCHA

ACEPTA

EXPLORA

CUIDA

SIGUE

Está bien sentir lo que sientes



EMOCIÓN

Hoy siento:

- ☐ tristeza
- ☐ enfado
- ☐ miedo
- ☐ culpa
- ☐ alivio
- ☐ alegría al recordar
- ☐ confusión



CUERPO

Lo noto en:

- ☐ cabeza
- ☐ garganta
- ☐ pecho
- ☐ barriga
- ☐ otro: _____



PENSAMIENTO

Cuando lo recuerdo pienso:



NECESIDAD

Ahora me ayudaría:

- ☐ hablar
- ☐ estar acompañado
- ☐ descansar
- ☐ dibujar
- ☐ llorar
- ☐ jugar



Mi emoción se parece a este color y esta forma:



Aquí puedes dibujar lo que sientes

Las emociones pueden aparecer, desaparecer y volver.
No hay una única forma de vivir el duelo.

Pequeños pasos también cuentan

@educarincon.del.maestro.jose · @viviendo_con_cerebro

Un día a la vez

Tú también puedes

Lo
que guardo
también
me acompaña. ♡

PRIMARIA • 3.

MI CAJA DE RECUERDOS Y APOYO ♡

Los
recuerdos
también
iluminan. ♡



QUIERO GUARDAR



Un recuerdo: _____

Algo que aprendí: _____

Una palabra que le diría: _____ ♡

MI RED DE APOYO



En casa puedo hablar con: _____



En el colegio puedo hablar con: _____



Otra persona que me ayuda: _____



CUANDO LLEGUE UNA OLA DE TRISTEZA PUEDO...



respirar
despacio



pedir
compañía



mirar mi
recuerdo



llorar



hacer algo
que me calme

Recordar no significa estar triste todo el tiempo.
Seguir jugando y disfrutando también está bien. ♡

Si necesitas más ayuda, cuéntaselo a una persona adulta de confianza. ♡

@educarincon.del.maestro.jose • @viviendo_con_cerebro

PASO
A PASO
TAMBIÉN
SE AVANZA ♡

AQUÍ
TAMBIÉN
HAY
ESPERANZA ♡

TÚ
IMPORTAS ♡

CINEFÓRUM

Historias para comprender, recordar y acompañar



CINEFÓRUM ·

HISTORIAS QUE NOS AYUDAN

Películas para hablar del duelo en el aula

Cine
para un
mundo más
empático

Las
historias
también
nos abrazan



COCO



De qué trata: Miguel descubre que recordar a quienes han muerto mantiene viva su historia familiar.



Objetivo: hablar de los recuerdos, la familia y las formas de mantener el vínculo.



Recomendada: Primaria · Con acompañamiento adulto.



UP



De qué trata: Carl aprende a continuar su vida después de la muerte de Ellie.



Objetivo: comprender que avanzar no significa olvidar.



Recomendada: primer ciclo de Primaria.



EL REY LEÓN



De qué trata: Simba afronta la muerte de su padre, la culpa y el regreso a su comunidad.



Objetivo: trabajar la tristeza, la culpa y la red de apoyo.



Recomendada: Primaria · Algunas escenas pueden emocionar.

Ver previamente la película y adaptar el visionado al grupo.

@educarincon.del.maestro.jose · @viviendo_con_cerebro

CINE
EMOCIONES
CONVERSACIONES
VIDA

CINEFÓRUM • SEGUIMOS EXPLORANDO

Películas para comprender la pérdida y el recuerdo



Las historias también nos ayudan a sanar



EL VIAJE DE ARLO



De qué trata: Arlo atraviesa una aventura después de perder a su padre.



Objetivo: reconocer el miedo, la tristeza y la capacidad de pedir ayuda.



Recomendada: Infantil 5 años y Primaria, con acompañamiento.



MÁS ALLÁ DE LA LUNA



De qué trata: Fei Fei intenta comprender la muerte de su madre y los cambios de su familia.



Objetivo: hablar del duelo, los recuerdos y la posibilidad de volver a sentir ilusión.



Recomendada: Primaria.

★ PREGUNTAS PARA DESPUÉS DEL VISIONADO ★

1. ¿Qué ha perdido el personaje?
2. ¿Qué emociones aparecen?
3. ¿Quién le ayuda?
4. ¿Qué recuerdo conserva?
5. ¿Qué aprende al final?



PARA LA PERSONA ADULTA

No obligar a compartir experiencias personales. Permitir observar, dibujar o responder de forma general.

Recordar también es una forma de amar

PEQUEÑAS
PELÍCULAS
GRANDES
CONVERSACIONES

GRACIAS

¡SÍGUEME EN...!

RECURSOS EDUCATIVOS • IDEAS CREATIVAS • APRENDIZAJE DIVERTIDO



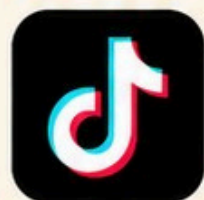
EDUCARINCÓN DEL MAESTRO JOSÉ



@EDUCARINCON.DEL.MAESTRO.JOSE



EDUCARINCON DEL MAESTRO JOSE



@EDUCARINCON.DEL.MAESTRO



¡JUNTOS HACEMOS QUE
APRENDER SEA INCREÍBLE!

