

“Celebrar la vida, vivir el duelo”. propuesta educativa en el programa senior de la universidad de cantabria

Celebrating life, living through grief’. educational proposal in the senior programme of the university of cantabria

Elena Briones¹; Ángeles Melero²

¹Universidad de Cantabria; ²Universidad de Cantabria

¹brionese@unican.es; ²meleroma@unican.es

LÍNEA TEMÁTICA: Innovación, práctica y transferencia social y educativa, relacionadas con la Pedagogía de la muerte, en centros educativos y cambio curricular.

PALABRAS CLAVE: duelo, pedagogía de la muerte, recursos educativos, educación senior, Aprendizaje a lo largo de la vida, universidad.

RESUMEN:

Antecedentes: La muerte y el duelo configuran realidades para las que no se suele encontrar formación en espacios académicos. La universidad se orienta cada vez más hacia la formación durante toda la vida. El Programa Senior responde a esta formación a la que recurren personas mayores de 50 años con interés de ahondar en diversas temáticas. En este contexto, se oferta un curso monográfico sobre el duelo y la muerte, con el objetivo de abordar este tema desde el marco de la Psicología y la Educación.

Objetivo: Presentar la formación en duelo y preparación para la muerte de un curso monográfico en el Programa Senior de la UC.

Propuesta educativa: Los objetivos de esta formación son: compartir el ideario sociocultural y los rituales sobre los procesos de muerte y duelo, compartir los conocimientos científicos en relación al duelo, practicar estrategias cognitivas y emocionales vinculadas a la aceptación de nuestra propia muerte y a los procesos de duelo, y practicar estrategias de acompañamiento a las personas dolientes. Así, se abordan tres aproximaciones a la temática propuesta. Primero, una aproximación socio-cultural a la muerte, en la que se analiza la visión de la muerte en nuestra cultura a lo largo del tiempo y en otras culturas, así como las funciones de los rituales. Segundo, una aproximación clínico-educativa al duelo y a la muerte, de reflexión sobre las tareas del duelo y pautas como acompañante del duelo. Tercera, una aproximación personal, mediante diferentes actividades para afrontar la finitud de la propia vida y la pérdida de personas significativas.

La metodología sigue las recomendaciones de una formación en adultos de competencias emocionales. De esta manera, se plantea un diálogo sobre los contenidos y la práctica de estrategias cognitivas y emocionales vinculadas a la aceptación de la muerte y al

acompañamiento de personas dolientes. Se sigue una metodología caracterizada por favorecer la valoración y reflexión individual y grupal, fomentar la toma de consciencia y una actitud constructiva, y ofrecer experiencias guiadas y apoyo permanente. Los recursos seleccionados, entre ellos el Café de la Muerte, la escritura de un relato de despedida, la bibliografía o la introspección a través de lo estético, suponen una invitación a que cada participante profundice de manera íntima en las temáticas, incluso más allá del curso.

Participantes: Desde su inicio en el curso 2019-2020 se han impartido cuatro ediciones, todas ellas de manera presencial, excepto la primera que se llevó a cabo online, debida a las condiciones de excepcionalidad de la pandemia. En total han participado 38 estudiantes, en grupos de unos 10 estudiantes.

Resultados y conclusiones: El estudiantado acude al curso con dudas sobre su asistencia regular, incluso señala que no corresponde a su primera elección, pero finalmente participa plenamente, expresa su agradecimiento por la información compartida e indica que estos conocimientos deberían ser compartidos en la educación temprana. Además, alienta la participación de sus amistades o familiares en actividades abiertas como el Café de la Muerte; e incluso, los anima a matricularse en la siguiente edición de este curso.

KEYWORDS: grief, pedagogy of death, education resources, senior education, lifelong learning, university

ABSTRACT:

Background: Death and bereavement shape realities for which training is often not found in academic spaces. The university is increasingly oriented towards lifelong learning. The Senior Programme responds to this training for people over the age of 50 who are interested in learning more about different subjects. In this context, a monographic course on grief and death is offered, with the aim of approaching this subject from the framework of Psychology and Education.

Aim: To present the training in grief and preparation for death of a monographic course in the UC Senior Programme.

Educational proposal: The objectives of this training are: to share the socio-cultural ideology and rituals on the processes of death and mourning, to share scientific knowledge in relation to grief, to practice cognitive and emotional strategies linked to the acceptance of our own death and mourning processes, and to practice strategies for accompanying mourners. Thus, three approaches to the proposed theme are addressed. First, a socio-cultural approach to death, in which the vision of death in our culture over time and in other cultures is analysed, as well as the functions of rituals. Second, a clinical-educational approach to bereavement and death, reflecting on the tasks of bereavement and guidelines for accompanying bereavement. Thirdly, a personal approach, through different activities to face the finiteness of one's own life and the loss of significant people.

The methodology follows the recommendations for training adults in emotional competencies. In this way, a dialogue on the contents and the practice of cognitive and emotional strategies linked to the acceptance of death and the accompaniment of mourners is proposed. The methodology is characterised by encouraging individual and

group assessment and reflection, promoting awareness and a constructive attitude, and offering guided experiences and ongoing support. The selected resources, including the Death Café, the writing of a farewell story, bibliography or introspection through the aesthetic, are an invitation for each participant to delve intimately into the themes, even beyond the course.

Participants: Since its inception in the 2019-2020 academic year, four editions have been taught, all of them face-to-face, except for the first one which was carried out online, due to the exceptional conditions of the pandemic. A total of 38 students have participated, in groups of around 10 students.

Results and conclusions: students come to the course with doubts about their regular attendance, even pointing out that it does not correspond to their first choice, but finally participate fully, express their appreciation for the information shared and indicate that this knowledge should be shared in early education. In addition, they encourage the participation of their friends or family in open activities such as the Death café; and even encourage them to enrol in the next edition of this course.