



**esec**  
ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO



**Mestrado em Educação para a Saúde**

# O Luto como o vivemos: Educar para a Perda

**Tânia Isabel Craveiro da Costa**

2012





**ESTeSC**

Escola Superior de Tecnologia  
da Saúde de Coimbra

**esec**

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO



INSTITUTO POLITÉCNICO  
DE COIMBRA

**Mestrado em Educação para a Saúde**

# O Luto como o vivemos: Educar para a Perda

**Tânia Isabel Craveiro da Costa**

**Relatório realizado sob a orientação da Professora Dr.ª Ana Paula  
Amaral**

2012





**CALVIN e HAROLDO**  
por *Bill Watterson*



## Agradecimentos

Ao finalizar o presente trabalho gostaria de deixar registado o meu reconhecimento a um conjunto de individualidades e instituições que tornaram possível a sua realização.

À Prof.<sup>a</sup> Doutora Ana Paula Amaral, minha professora neste mestrado e quem orientou este projeto. Não fosse a sua paciência, disponibilidade e confiança neste trabalho, e esta tese não teria seguimento. A ela agradeço a força e otimismo que me transmitiu ao longo destes dois anos. Por tudo o que com ela aprendi, o meu muito obrigada.

À Helena Rajado pela companhia e dedicação, por me escutar e discutir tantos pormenores deste projeto, sempre com algo a acrescentar. Tornou-se mais do que uma colega de trabalho, uma grande amiga.

À direção do Agrupamento de Escolas Eugénio de Castro pela forma como generosamente me recebeu e me permitiu desenvolver e fazer deste um trabalho gratificante.

À Professora Maria da Luz Almeida pelo seu carinho, entusiasmo e incentivo que emprestou à elaboração deste projeto, levado a cabo com os seus alunos, aos quais também elevo o meu maior agradecimento, pois sem eles e sem o seu brilhante préstimo conjunto, nada seria possível.

À Doutora Ana Sampaio, pela sua contribuição e ajuda na avaliação inicial deste trabalho.

À minha família, principalmente aos meus pais e irmão, por confiarem na minha capacidade, apoiando e incentivando sempre as minhas decisões e escolhas. Obrigada pelo apoio e pela força que sempre me transmitiram.

Ao Prof. Doutor José Eduardo Rebelo, que indiretamente, através da sua escrita e palavras, me proporcionou uma viagem simples, serena e aconchegante ao mundo da construção, da manutenção e perda de afetos, seguindo um caminho em que o amor é a força sadia que nos permite transpor o túnel do luto.

Às Escolas Superiores de Tecnologia da Saúde e Educação de Coimbra, por me terem acolhido e permitido desvendar as áreas de conhecimento científico, que enformam a Saúde e Educação, completamente novas para mim, registo o elevado apreço e gratidão.

Uma última, mas não menor, referência a todos os que de alguma forma permitiram que este trabalho tomasse corpo, a começar pelos docentes de todas as disciplinas e seminários da parte letiva, pelos salientes contributos para a precisão de conceitos em muitas áreas de abordagem da temática da educação para a saúde, a quem exprimo o meu melhor agradecimento, e a terminar nos meus colegas e amigos, os quais, de forma muito calorosa, me acompanharam nesta jornada, a quem envolvo num abraço de amizade.

## **Resumo**

Este Projeto pretende levar ao reconhecimento da morte como facto natural e comum a todos os seres vivos, proporcionando à comunidade escolar formas de intervir adequadas na temática do luto. O objetivo primordial é dotar as crianças de um maior grau de resiliência, face à problemática da morte e do luto, após a intervenção delineada. É, também, objetivo a elaboração de um Manual que apoie os educadores. Considera-se que o estudo é pertinente pois existe uma necessidade atual de discutir e refletir sobre o assunto, resultando no desenvolvimento da cidadania e da promoção de saúde, a partir da abertura de espaços que possibilitem a inserção da educação para a morte e o cuidado de si e do outro, no contexto da educação para a saúde.

Da intervenção realizada, salientam-se alguns dos resultados. As técnicas lúdicas utilizadas com as crianças na escola da Solum, em Coimbra, como forma de promoção da educação para a perda, constituíram uma estratégia eficaz e de efeito positivo na partilha de sentimentos e emoções e possibilitaram à amostra participante aumentar o seu grau de resiliência face à problemática da morte e do luto.

A existência de um manual para educadores também se verificou uma mais valia, no sentido de permitir a partilha da comunicação na área do luto infantil, promovendo um maior enriquecimento.

Decorrendo do último tabu social da cultura ocidental, a morte e o luto têm sido escassamente estudados ao nível científico. As suas efetivas implicações, nomeadamente ao nível da educação para a saúde, estão longe de ser devidamente equacionadas. Estudos detalhados e interdisciplinares sobre o educar para a perda são sugeridos para investigações futuras.

**Palavras-chave:** morte; luto; crianças; resiliência; promoção da saúde.

## **Abstract**

This project aims to bring recognition to the fact that death is natural and common to all living beings, giving the school community appropriate ways to intervene in the theme of mourning. The primary objective is to provide children a greater degree of resilience, while dealing with the problems of death and mourning, after the intervention. It is also aimed at developing a manual to support educators. It is considered that the study is relevant because there is a current need to discuss and reflect on the subject, resulting in the development of citizenship and the promotion of health, from the open spaces that allow the inclusion of death education and care self and other, in the context of health education.

Concerning this intervention, we have decided to highlight some of the results. The play techniques used with children in the school of Solum, in Coimbra, as a way of promoting education for the loss, constituted a successful and positive effect on the sharing of feelings and emotions and also allowed the participant sample to increase its degree of resilience to the problem of death and mourning.

The existence of a manual for educators was later seen as a gain that was used in order to allow the sharing of communication in the area of child bereavement, promoting a greater enrichment.

Derived from the last social taboo in Western culture, death and mourning have been sparsely studied at scientific level. Their actual implications, particularly in terms of health education, are far from being adequately addressed. Detailed studies and interdisciplinary approaches about the education for loss are suggested for future investigations.

**Keywords:** death; grief; children; resilience; health promotion.

# Índice

1. Introdução .....	1
2. Enquadramento Teórico	
2.1. Perspetiva histórica da morte.....	3
2.2. O luto e a resiliência .....	5
2.3. A perda na infância.....	6
2.3.1. A morte e o luto nas diferentes idades.....	6
2.3.2. A resiliência face à perda na criança.....	9
2.3.3. A criança e os rituais fúnebres.....	9
2.4. A intervenção na temática do luto.....	10
3. Método	
3.1. Amostra.....	12
3.1.1. Construção da Amostra.....	12
3.1.2. Características Gerais da Amostra.....	13
3.2. Instrumento.....	13
3.3. Procedimentos.....	14
3.4. Considerações éticas.....	15
4. Projeto de Intervenção/Resultados	
4.1. Prova Projetiva “Era uma vez...”.....	15
4.2. Sessões Pedagógicas.....	17
4.3. Manual para Educadores.....	22
5. Discussão.....	24
6. Conclusão.....	28
7. Referências Bibliográficas.....	30

Anexos



## 1. Introdução

No percurso de formação e intervenção com crianças do Ensino Básico 1.º Ciclo deparamo-nos com certas lacunas pedagógicas e muitas situações inesperadas que, por vezes, nos fazem pensar e repensar a profissão docente. Confrontamo-nos, então, com a necessidade de encontrar um tema que de certo modo enriqueça a nossa formação quer a nível pedagógico, quer a nível psicológico e pessoal. É neste sentido que emerge a possibilidade de trabalhar o tema do luto e da educação para a perda.

A morte de alguém conhecido origina muitas perguntas e receios, uma vez que as crianças fazem perguntas muito diretas. Qualquer resposta menos clara pode confundilas ou perturbá-las. Só se tem medo do que não se conhece e existe de facto menos medo quando conhecemos a verdade.

As crenças religiosas podem ajudar os agentes educativos, quer sejam os pais ou os professores, a preparar as respostas, mas os aspetos básicos da morte devem estar sempre presentes.

A experiência do luto, vivida através da perda de um ente querido, constitui um acontecimento marcante e de fortes significados para a vida dos indivíduos. Assim, o processo de luto tem vindo a ser estudado a nível multidisciplinar uma vez que é, inerentemente, educativo na medida em que se refere a toda uma panóplia de variáveis – emoções, pensamentos, recordações, imagens, ações, projeções futuras, desafios, etc. – que marcam a experiência humana.

A morte como acontecimento da vida passou do domínio familiar para o domínio dos técnicos de saúde. Gerações houve em que a pessoa morria em casa, despedia-se da família, resolvia os últimos compromissos em vida e todos assistiam a este acontecimento num ambiente profundamente natural. Atualmente, e desde a década de 60, os progressos na área da reanimação, da medicina intensiva e dos cuidados paliativos conduziram à hospitalização da morte. Esta transformação social quanto ao local da morte conduziu a um progressivo esquecimento da mesma no contexto comunitário e, inclusive, à sua negação.

Na sociedade atual, o ser humano passa a maior parte do tempo a fugir ao tema da morte, refugiando-se num mundo fictício. A fuga a esse assunto revela o desencadear constante de mecanismos de defesa de identificação, seja com personagens capazes de contornar os desígnios da morte, seja pela negação, lidando-se com a morte de um ente querido ou mesmo com a própria morte através do silêncio, com a idealização errada de

que não pronunciar o assunto poderá evitar ou aliviar a dor e o sofrimento (Mendes, 2009).

Kübler-Ross (1991) explica a abominação do Homem e o afastamento da morte através da impossibilidade, ao nível do inconsciente, de conceber a própria morte e o fim da vida como causa natural, sendo apenas reconhecida como uma acção de um terceiro praticada contra si. Pratica-se, assim, um estilo de vida que evita a aproximação e o tema da morte e do luto, crendo erradamente que privar e proteger a criança desta questão contribuirá para o seu conforto psíquico e proteção (Hoffmann, 1993; Kübler-Ross, 1991).

Numa perspetiva comunitária, cada um de nós pode ajudar as crianças a enfrentar as suas dificuldades, tornando-as mais resilientes e fazendo com que criem estratégias de *coping* para as situações de risco que correm. Todos os que desempenham um papel social preponderante no acompanhamento das mesmas, quer sejam professores, médicos, psicólogos, enfermeiros, podem e devem fazer o que estiver ao seu alcance para que as crianças enfrentem o impacto da perda.

Se conseguirmos reconhecer a ansiedade e aceitar a validade e a importância do “falar” do tema, conseguiremos então fazer algo para aliviar a sua dor.

As crianças expressam a sua angústia se os familiares, os amigos e os docentes estiverem predispostos para as ouvir, ou mesmo atentos para uma eventual comunicação não verbal, através da exteriorização de comportamentos ou linguagem corporal.

Um projeto de intervenção em grupo nesta temática tornar-se-á num instrumento essencial para um educador, que procura sempre o melhor para as suas crianças.

A questão da morte inerente a todos os seres vivos é, de facto, algo muito importante e com o qual as crianças precisam ter contato. A escola não deve evitar a influência dos fenómenos naturais e sociais que ocorrem na comunidade, assim como o professor pode permitir-se abordar a morte e o luto na sua prática quotidiana, considerando que ela também é parte da sua realidade. É importante que procuremos conhecimentos relacionados com uma educação para a morte, para assim, desconstruir o tema enquanto tabu na sala de aula, em todos os níveis de educação, permitindo que seja construído enquanto objeto de conhecimento escolar na prática docente.

A nível científico, considera-se que o estudo deste tema se justifica pela escassez de Projetos nesta área e pela dificuldade em falar sobre a morte como parte do processo de aprendizagem e do desenvolvimento dos seres humanos. Observa-se uma necessidade atual de discutir e refletir sobre o assunto nas instituições de ensino, pois a comunidade escolar entra diariamente em contato com a morte, direta ou indiretamente.

Constitui-se a necessidade de desenvolvimento de Projetos de Intervenção na área do luto infantil.

Acredita-se que reflexões e construções baseadas em leituras e debates possam resultar no desenvolvimento da cidadania e da promoção de saúde a partir da abertura de espaços que possibilitem a inserção da educação para a morte e o cuidado de si e do outro, no contexto da educação para a saúde em meio escolar.

Assim, os objetivos deste nosso Projeto são: 1) averiguar o modo como as crianças lidam com as suas emoções; 2) dotar as crianças de um maior grau de resiliência, face à problemática da morte e do luto, após a intervenção delineada; 3) levar ao reconhecimento da morte como um facto natural, irreversível e comum a todos os seres vivos, proporcionando o contato com diversificadas formas de a trabalhar; 4) sensibilizar e motivar os docentes a enfrentar os seus próprios receios, dialogando abertamente com os seus alunos sobre o tema que, apesar de bastante melindroso, deve ser encarado de uma forma sadia; 5) clarificar a forma como se deve ou não se deve abordar a morte na sala de aula, dando a conhecer as diferentes formas de trabalhar o luto, tendo em conta: personalidades, culturas, religiões, entre outros e proporcionando a partilha de medos, anseios, preconceitos e até experiências vivenciadas e por último, 6) promover a elaboração de um Manual que apoie os educadores.

Este relatório é constituído, então, por uma primeira parte relativa ao enquadramento teórico e uma segunda parte constituída pelo Projeto desenhado. Será descrita a intervenção baseada em sessões pedagógicas que podem ser trabalhadas na sala de aula, preparando as crianças para aceitarem e entenderem a realidade que é a morte, bem como o manual para educadores que permitirá auxiliar os mesmos na partilha do tema do luto.

## **2. Enquadramento Teórico**

### **2.1 Perspetiva histórica da morte**

As religiões e a filosofia sempre procuraram questionar e explicar a origem e o destino do homem. Por tradição cultural, familiar ou mesmo por investigação pessoal, cada um de nós traz dentro de si “uma morte”, ou seja, a sua própria representação de morte. São-lhe atribuídas personificações, qualidades e formas (Kovács, 1992).

A morte sempre inspirou poetas, músicos, artistas e todos os homens comuns. Desde o tempo dos homens das cavernas que há inúmeros registos sobre a morte como

perda, rutura, desintegração, mas também, como fascínio, sedução, uma grande viagem, entrega, descanso ou alívio (Kovács, 1992).

Nas sociedades anteriores, os mortos estavam presentes entre os vivos e eram enterrados nas igrejas, acreditando-se piamente na sua ressurreição. Da forma como a entendemos hoje, a morte só se estabeleceu quando se começou a crer que esta é irreversível. A partir desse momento criou-se um território temível, uma espécie de abismo que contém do outro lado um enorme ponto de interrogação. E os mortos de cada família e de cada um vão sendo esquecidos cada vez mais rápido. Esse processo de silenciamento sobre quem morreu aumenta o tabu em torno da morte. E esta é uma característica exclusiva da nossa sociedade contemporânea (Barros de Oliveira, 1999).

Numa sociedade dita moderna como a nossa, as chamadas crenças primitivas, assim como os “valores espirituais” vão-se dissipando e são cada vez mais substituídos pelas explicações científicas e pelos “valores do consumo” (Ariès, 2003).

O século XX abriga assim um paradoxo em relação à morte, o interdito e o evidente convivem lado a lado. Ao mesmo tempo que as crianças são poupadas de ir a velórios e funerais, assistem horas a fio a programas de televisão violentíssimos, onde a morte é tratada como algo banal. Percebe-se assim que a morte interdita ocorre nos hospitais e instituições, ao passo que a evidente está presente no quotidiano, nas ruas e na televisão (Kovács, 2003).

Segundo Pacheco (2002), a morte é um fenómeno que está presente ao longo da vida humana, estando simultaneamente próxima e distante. A vivência da morte varia de sociedade para sociedade, de cultura para cultura, de família para família e de indivíduo para indivíduo.

No entender de Pacheco (2002), esta nova concepção surgiu devido aos constantes desenvolvimentos tecnológicos e científicos. Estes desenvolvimentos permitiram o tratamento e a superação de várias doenças, mas apesar de tantos avanços, a morte ainda é vista como um problema que não tem solução, ou seja é uma cessação irreversível.

Conforme afirma Gelain (1998) sempre que se fala acerca do tema morte convém questionar as diversas situações em que o “fim” acontece ou não. As questões deontológicas estão intimamente relacionadas com os conceitos de vida e de morte, do ponto de vista jurídico, científico, religioso e filosófico.

Apesar de já se falar mais sobre a morte humana, nos dias de hoje, pode dizer-se que ela constitui ainda uma temática tabu, “[...] caíram todos os tabus, como o do sexo,

mas a morte é hoje, mais do que nunca, proibida de se mostrar [...]” (Barros de Oliveira, 1998, p.161).

## **2.2 O luto e a resiliência**

Para Moura (2006), a perda é um dos fenómenos universais da existência humana, pois desafia todas as pessoas em vários momentos ao longo da vida. A perda pode ser relativa a um objeto, à constatação da impossibilidade de atingir um objetivo, à perda da juventude ou à perda de um ente querido. O traço comum entre todos os tipos de perda é a dificuldade de tolerar a ausência do que foi perdido.

É quase um consenso que a perda por morte constitui a mais difícil das perdas, pois esta remete para um sentimento de impossibilidade de reverter a mesma, ou seja, de reaver o ente querido.

Sabe-se que o luto compreende fases e reações próprias, que a pessoa enlutada precisa de experimentar para resolver o seu luto de forma saudável. Parkes (1998) enuncia que o enlutado experimenta um conjunto de respostas fisiológicas, psicológicas, sociais e comportamentais face à perda. Segundo Rebelo (2004), o turbilhão de sentimentos característicos de um processo de luto não ocorre de forma desordenada, pois o luto é um processo que precisa de tempo, tempo esse que é imprescindível para uma boa reabilitação emocional.

A forma como os indivíduos ultrapassam os desafios ao longo da sua vida depende de determinados fatores, que os “protegem” e fomentam a capacidade de recuperar, com êxito, de acontecimentos negativos. As características próprias dos indivíduos e o seu ambiente de relacionamento podem constituir fatores resilientes se responderem de uma forma positiva, ou saudável, quando sujeitos a um episódio stressante (Reich, Zautra & Hall, 2010).

A resiliência resulta de um processo de proteção, que não elimina o risco, mas encoraja o envolvimento efetivo e individual com o risco. De facto, as circunstâncias mais favoráveis para promover resiliência não estão relacionadas com a ausência de stress, mas com desafios progressivos que fortalecem as habilidades pessoais, as estratégias de *coping* e as características pessoais (Albuquerque, 2004; Ceconello, 2003).

À medida que os seres humanos percorrem as várias etapas da vida, deparam-se com acontecimentos, alguns mais penosos que outros, que alteram o ambiente e provocam um padrão de tensão que interfere nas respostas expressas pelos indivíduos. Não obstante a inevitabilidade destes acontecimentos, a perda de uma pessoa amada é, sem dúvida, a experiência humana mais penosa e debilitante do ponto de vista

emocional. No entanto, a perda representa uma parte integrante do desenvolvimento humano. Segundo Albuquerque (2004, p. 44) “a situação difícil é quotidiana, mas também essencial neste construtivismo humanista, neste funcionamento psicológico, com assimilação, mas também com acomodação, equilibração, bem como orientação interpessoal”.

Ainda que estes acontecimentos sejam capazes de influenciar de forma negativa a saúde e o processo de desenvolvimento, não apenas de um indivíduo, mas da família como um todo, diversos autores sublinham o facto de os indivíduos reagirem de forma distinta à perda (Bonanno, Westphal & Mancini, 2011; Reich, Zautra & Hall, 2010). Uns manifestam a severidade dos sintomas da tristeza e perpetuam o tremendo sofrimento e a dor desmedida da separação. Outros lutam durante meses, manifestando uma recuperação lenta e gradual, mas acabam por sobreviver e progredir, enquanto outros ainda revelam a capacidade extraordinária de “seguir em frente”, exprimem a adaptação necessária à adversidade, e restabelecem o equilíbrio de imediato, revelando-se extremamente resilientes (Bonanno, Westphal & Mancini, 2011; Reich, Zautra & Hall, 2010; Silva, Lunardi, Filho & Tavares, 2005).

## **2.3 A perda na infância**

### *2.3.1. A morte e o luto nas diferentes idades*

Na primeira infância, a criança começa por usar símbolos, contextualizando-os com o meio que a rodeia. No que diz respeito ao tema da morte, Feldmann (2001) levanta a considerar que em relação à percepção da morte por parte das crianças, e seguindo o seu raciocínio de acordo com Piaget, estas só compreendem a morte num período em que já exista um pensamento mais formal, ou seja, a partir do período das operações concretas, que é considerado a partir dos sete anos de idade. Outros autores defendem que as crianças já nestas idades manifestam a compreensão da morte, e que embora não a verbalizem há a consciência da sua existência (Kastenbaum, R., & Aisenberg, R., 1983).

Desta forma, a concepção de morte na criança tem o seu início a partir da consideração da morte do outro, até evoluir para a concepção de sua própria morte. Mas isso implica uma autoconsciência de finalidade e separação. É importante ressaltar que, aproximadamente, a partir dos sete anos de idade, o indivíduo se torna capaz de simbolizar o tempo psicológico (Kovács, 1992).

A morte de um dos pais ou de um irmão causa imensa dor, no entanto é percebida de forma diferente consoante a idade. Até aos cinco anos, a criança percebe a morte como temporária e gradual, podendo ainda considerá-la reversível. Entre os cinco e os nove anos, a morte é percebida como algo ou alguém que vem buscar a pessoa, podendo ser sentida como um fenómeno irreversível, mas não necessariamente universal. Só entre os nove e os dez anos é que a criança compreende a morte como universal, sendo percebida como um processo de cessação das atividades que ocorrem no corpo (Kovács, 1992).

Andrade & Barbosa (2010) referem que na faixa etária dos seis aos nove anos, a criança compreende a morte como provocada por causas externas (acidentes), apresentam uma curiosidade mórbida (perguntas concretas) sobre detalhes físicos do processo de morrer (funeral, decomposição do corpo, o que se passa com o corpo) e também algum interesse pelas tradições culturais e religiosas. Para as mesmas, a morte é personificada como um espírito (esqueleto, fantasma, escuridão, diabo, ...), é final, irreversível, assusta e não é universal (“sucede aos outros, não a mim”).

Assim, o que pode afetar as crianças não é tanto a morte, mas sim as consequências que daí possam advir, nomeadamente, mudanças que possam surgir ao nível da situação social e económica, geradas por essa perda. As crianças podem ainda ser influenciadas pela representação que possa surgir da relação com o progenitor sobrevivente ou, ainda, por todo o clima emocional no qual a criança é auxiliada de forma a poder adaptar-se à perda.

Em alguns casos, há a manifestação de perturbações do comportamento passadas alguns meses da perda. É frequente os adultos, por desconhecimento, minimizarem as condutas infantis. Segundo Twycross (2003) as consequências desta forma de agir refletir-se-ão em comportamentos que não distam de perturbações de personalidade, podendo levar mesmo à existência de stress pós-traumático.

O luto na infância constitui, assim, um processo pelo qual as crianças podem responder à privação e continuar um desenvolvimento relativamente normal.

Seckaer (1987) vê este processo não como uma versão deficitária do luto no adulto, mas como uma característica da criança e das suas próprias capacidades. Desta maneira, a criança necessita da ajuda do adulto para compreender a morte, e mesmo assim não o consegue fazer para além do seu grau de desenvolvimento. Precisa, também, do adulto para servir de base para as suas reações emocionais, pois, ao contrário deste, não tem capacidade para se fechar em si própria, usando uma interrupção nas relações afetivas e assim elaborar a perda.

Uma outra vertente a considerar no luto na infância relaciona-se com os processos criativos e os fenómenos transacionais que a criança usa. Sugere-se a possibilidade de ocorrência de um processo através do qual a criança reage à perda de uma forma não patológica, sem que esta possa ser considerada como uma simples versão deficitária do luto feito pelo adulto.

O luto constitui um processo cuja multidimensionalidade dificulta uma avaliação mais exata do seu significado, proporcionando o aparecimento de várias perspectivas e modelos explicativos do seu processamento.

As fases ou etapas do processo de luto são, também elas, um modelo explicativo da forma como este se processa.

Twycross (2003) diz-nos que as manifestações do luto na criança são semelhantes às que acontecem no indivíduo adulto. Deste modo, surgem reações físicas (perturbações do sono – insónias e pesadelos; perturbações do comportamento alimentar – perda do apetite, alimentação compulsiva, desejo por determinados alimentos; dificuldades na higiene pessoal – crianças anteriormente continentares podem tornar-se incontinentes; sintomas físicos – febre, náuseas, erupções cutâneas), reações emocionais (ansiedade; aumento da dependência; respostas exageradas à separação quando fica sozinho; alterações bruscas de humor), reações cognitivas (dificuldades de concentração; perda de memória a curto ou longo prazo; empobrecimento ou mudanças de motivação; dificuldades de aprendizagem) e reações comportamentais (ansiedade; retorno às necessidades infantis; entre outras).

As crianças elaboram o luto, contudo têm um modelo próprio de elaboração, sendo errado impor-lhes o modelo do adulto. Este tem características específicas, uma vez que a criança está em processo de estruturação da sua personalidade (Sekaer, 1987; Worden, 1998). O modo como a criança é capaz de elaborar a perda de um ente querido relaciona-se com fatores intrapsíquicos (elaboração da posição depressiva e recursos para elaborar perdas) e fatores externos (relação com a pessoa perdida; relação com o sobrevivente; circunstâncias em que a perda ocorreu; informação recebida pela criança; possibilidade de comunicação sobre o que aconteceu e sobre a pessoa perdida; dinâmica familiar; tipo de morte; rituais; stressores e mudanças no quotidiano da criança) e encontra-se também em estreita relação com a possibilidade de elaboração do luto do progenitor sobrevivente e do luto da restante família (Worden, 1996).

### 2.3.2. *A resiliência face à perda na criança*

As crianças não nascem resilientes. O início da infância é uma importante fresta de tempo para a compreensão e promoção da resiliência (Masten & Gewirtz, 2006). Discute-se, portanto, a forma como determinados fatores incrementam a resiliência na criança ou qual o fator mais significativo no reforço da capacidade individual para lidar com a adversidade. Desta forma, importa identificar os fatores capazes de reduzir o impacto de um acontecimento adverso e minimizar ou, até mesmo, suprimir as suas consequências mais nocivas, possibilitando aos seres humanos a capacidade de responder de uma forma saudável e positiva às investidas do dia-a-dia. Segundo Bonanno, Westphal e Mancini (2011) e Reich, Zautra e Hall (2010), os fatores que desempenham um papel preponderante na obtenção de respostas resilientes face à perda são: as características da perda (a causa e as circunstâncias da morte de um ente querido); os fatores intrapessoais (a idade, o género, a saúde física e mental e a personalidade); os fatores interpessoais (o suporte social de amigos e família); o nível de exposição ao acontecimento danoso; os recursos económicos; o stress; o *coping* e o controlo das emoções. Vários estudos longitudinais dispõem de informações importantes sobre o desenvolvimento da resiliência. Constata-se que as crianças consideradas como resilientes são munidas de uma diversidade de fatores que interagem e que lhes conferem invencibilidade e uma predisposição individual para superar as dificuldades: a confiança, a disponibilidade, o autocontrolo, a inteligência, o bom humor e a saúde mental e física. As suas famílias pautam-se pelo apoio social, pela coesão familiar, pelo afeto, pela motivação, pela autoconfiança, pelo valor atribuído ao relacionamento entre pais e filhos e pela participação ativa dos pais na educação da criança (Pedro-Carroll, 2005; Masten, 1997).

### 2.3.3. *A criança e os rituais fúnebres*

Segundo Andrade & Barbosa (2010), o ritual à volta da morte é de grande importância quer para as crianças, quer para os adultos. A criança deve ter a mesma oportunidade e privilégio, como qualquer outro membro da família, e não deve ser obrigada a ir ao funeral ou a não ir ao mesmo. Não existe uma idade específica a partir da qual se possa afirmar que a criança pode assistir ao funeral.

Pangrazzi (2008) sugere que a presença da criança no funeral deve depender do facto desta ajudar, ou não, a mesma a se confrontar com a experiência da morte. O comportamento dos adultos, especialmente dos pais, durante o funeral é de extrema importância para a criança. Se os pais expressarem abertamente pensamentos e

sentimentos e ajudarem a criança a compreender a naturalidade das lágrimas, estarão a ajudá-la a expressar uma sensação de perda ao seu próprio nível. As crianças podem sentir se os pais serão ou não capazes de fazer do funeral uma experiência significativa e confortante e nessa base decidirem. Pode ser útil explicar antecipadamente o que a criança irá ver e onde a família irá. Discutir o porquê de se ir ao funeral é também relevante. O funeral é um momento para se estar junto da família e amigos, para ganhar apoio de cada pessoa, para lembrar e afirmar a vida daquele que morreu.

A primeira visita da criança ao local deve ser feita com poucas pessoas presentes, que devem ser as mais significativas. Isto irá permitir à mesma reagir, mostrar emoções de um modo mais livre e falar sobre sentimentos e preocupações. Esta deve ser encorajada e deve-lhe ser permitido, também, colocar questões antes, durante e após o funeral. Quanto ao ver o corpo, não deve ser algo forçado à criança, mas mais uma vez, uma escolha dela. Algumas crianças querem ver o corpo morto porque aquilo que imaginam pode ser pior do que a realidade. Outras crianças podem de todo não querer ver o corpo morto (Andrade & Barbosa, 2010).

Araújo (2001) refere ainda que, apesar da criança poder não entender completamente a cerimónia à volta do funeral, ela provavelmente será afetada pela sensação de conforto, paz, ordem e pelo sentimento de que a vida continua.

## **2.4 A intervenção na temática do luto**

Face à escassa existência de projetos na área do luto infantil, foi destacado um conjunto de técnicas de intervenção baseadas em diversos autores que, depois de devidamente trabalhadas, constituíram a base para o nosso Projeto, permitindo o desenvolvimento de um conjunto de sessões pedagógicas e a elaboração de um manual para educadores.

Goldman (2004) refere algumas técnicas de intervenção que podem ser utilizadas na temática do luto infantil. As técnicas de visualização ou imaginação guiada, ajudam a criança a criar imagens positivas, pensamentos saudáveis e reduzem a ansiedade. Através das técnicas do *role-playing*, facilita-se a exploração e a expressão dos sentimentos que a criança tem dificuldade em expressar, como a raiva, o medo e a angústia. Os jogos, os fantoches, as histórias podem ajudar as crianças a projetarem os sentimentos não resolvidos de uma forma mais aberta e lúdica. Já o explorar dos sonhos, através de desenhos ou narração do sonho, permite aceder a pensamentos e sentimentos mais profundos. O trabalhar de memórias com o uso de fotografias, artigos

de jornais ou objetos associados à pessoa que morreu podem ajudar a solidificar sentimentos. Fazer uma caixa/livro de memórias, pode auxiliar as crianças a iniciar uma discussão e a partilhar as suas memórias. Através das técnicas de projeção, com desenhos, brinquedos, bandas desenhadas ou o contar histórias é possível que as crianças possam projetar os seus sentimentos e por último, o teste da realidade, que se mostra importante, para que a criança aceite a morte como algo irreversível mas, para tal, deve promover-se um clima de estabilidade em que a criança perceba que a morte é uma experiência comum e que poderá voltar a ter uma vida normal. Isto pode ajudá-la a lidar com as suas preocupações e receios.

Segundo King e Sorensen (1991), para as crianças que sofrem a experiência da perda, a disponibilidade das pessoas que estão dispostas a ouvir e compreender os pares numa situação similar e as atividades que permitem enfrentar a mesma perda, fornecem um passo importante rumo à cura. A recreação terapêutica pode também desempenhar um papel fulcral neste processo.

Através de todas estas técnicas obtém-se ainda toda a informação idiossincrática: nome, idade, sexo, morada, escola, ano de escolaridade, os fatores relacionados com a morte, uma declaração breve sobre a natureza da morte, relação da criança com a pessoa morta, o “significado” da morte para a criança e os fatores que influenciam a resposta da criança à morte.

Relativamente ao último ponto, podemos dizer que os principais fatores que influenciam a resposta da criança à morte são: a relação com a pessoa falecida; a natureza da morte; a própria personalidade da criança e experiências anteriores com a morte; a idade cronológica e o nível de desenvolvimento da criança; a experiência de apoio familiar/social; o comportamento, atitudes e respostas dos pais e de outros adultos significativos (incluindo os profissionais da escola), no meio ambiente da criança.

Segundo a National Association of School Psychologists (2003), é importante que o professor seja um bom observador, mantendo o contacto visual e uma postura sensível e compreensiva. Normalmente, ocorre um maior crescimento na exploração de questões do que na tentativa de fornecer respostas rápidas, devendo responder-se de uma forma empática, deixando a criança expressar sentimentos e pensamentos. É de evitar “compreender em excesso” a criança, sobretudo nos campos relacionados com dados psicológicos. É melhor deixá-la comunicar do que tentar fazer um “diagnóstico” sobre o que a mesma pode estar a pensar e a sentir, respondendo-lhe numa linguagem que ela entenda, sendo simples e direto. Deve começar-se o diálogo ao nível da criança e lembrar que a atitude é mais importante do que as palavras. O que é dito não é tão

importante como o significado emocional que lhe é comunicado. Deverá responder-se num tom e intensidade de voz que reflita o afeto expresso pela criança, sendo paciente e disponível, não esperando uma reação imediata à experiência da morte. Deve manter-se um diálogo contínuo com as crianças sobre a morte, à medida que a oportunidade surja (por exemplo: morte de um animal), criando uma relação saudável e reconhecendo o desejo de ajudar.

É de salientar que as técnicas de intervenção referidas anteriormente poderão ser colocadas em prática em termos preventivos, antes da ocorrência da perda e não, apenas como acontece frequentemente, de forma terapêutica, facto este constatado através da literatura consultada.

### **3. Método**

Ao longo deste Projeto, apesar de não ser de investigação, houve uma exigência de rigor e exatidão desde a planificação do mesmo, passando pela construção da amostra e pela aplicação do instrumento, até à estruturação das sessões pedagógicas.

#### **3.1. Amostra**

##### *3.1.1. Construção da Amostra*

Por questões da viabilização do estudo recorreu-se à Escola Básica da Solum, inserida no Agrupamento de Escolas Eugénio de Castro, pertencente à rede escolar da cidade de Coimbra.

A escolha de indivíduos na faixa etária dos oito anos de idade reside no facto das crianças, já apresentarem uma compreensão mais profunda da morte no sentido mais concreto, questionando sobre o motivo da doença, as suas consequências, o processo de morrer, a própria morte e o luto (Kovács, 2003).

Trata-se, por isso, de uma amostra por conveniência já que a seleção da escola está relacionada com o facto de ser o local de trabalho da investigadora. O tipo de amostragem utilizada foi, então, não probabilístico por conveniência, pois a mesma é constituída por sujeitos facilmente acessíveis e disponíveis, correspondentes a critérios de inclusão exatos (Fortin, 2006).

### 3.1.2. Características Gerais da Amostra

De acordo com o Quadro 1, a amostra foi constituída por dezoito crianças do 3.º ano de escolaridade, com idades compreendidas entre os sete e os nove anos, tendo a maioria oito anos (67%). A única criança com nove anos de idade apresenta necessidades educativas especiais, tendo-se já encontrado retida um ano.

Quanto à distribuição por sexo, 56% são do sexo feminino e 44% do sexo masculino.

**Quadro 1-** Caracterização dos/as alunos/as envolvidos/as no Projeto (n=18)

Variáveis			
Sociodemográficas		n	%
Sexo	Masculino	8	44
	Feminino	10	56
Idade	7 Anos	5	28
	8 Anos	12	67
	9 Anos	1	5

### 3.2. Instrumento

A escolha do instrumento não foi um processo fácil. Após longos contactos com determinadas instituições e investigadores, nomeadamente a equipa de pedopsiquiatria do Hospital Pediátrico de Coimbra, implicados na avaliação e trabalho do luto infantil, verificámos a inexistência de instrumentos validados que avaliassem as emoções e a resiliência face à morte e ao luto numa atitude de prevenção em crianças, o que nos levou a optar pela Prova Projectiva “Era uma vez...” (Fagulha, 1997) dado que reunia as condições para a expressão e elaboração das ideias e medos das crianças (Anexo 1).

Esta prova é uma técnica projectiva que tem como objetivo descrever o modo como as crianças lidam com as suas emoções, nomeadamente a ansiedade e o prazer, estados afetivos cuja função adaptativa tem uma relevância particular no desenvolvimento psicológico.

Organizada a partir do conceito de espaço transicional (Winnicott, 1971), a prova “Era uma vez...”propõe às crianças uma área lúdica e criativa, onde as suas experiências emocionais partilhadas possam ser elaboradas entre a fantasia e a realidade.

O contexto lúdico é criado pela apresentação de histórias de vida de uma personagem infantil representada em três cenas de banda desenhada. A tarefa pedida à criança é o completar da história, através da escolha de três cenas desenhadas, organizando-as em sequências e contando a história.

Esta forma de organizar a prova tem como referência a função expressiva da atividade lúdica (Winnicott, 1971).

As nove cenas disponíveis para cada um dos episódios (designados por cartões) encontram-se agrupadas em três categorias: Aflição, Fantasia e Realidade, consoante representam a emoção ansiosa, a procura de alívio dessa emoção através de fantasias, ou estratégias realisticamente adequadas para lidar com as situações apresentadas.

Os episódios que constituem este Prova são: o Carnaval, o Passeio com a mãe, a Doença/Morte, o Passeio à praia, o Pesadelo, o Dia de anos, a Briga dos pais, a Escola e o Retrato do menino e da menina. Apenas utilizámos o episódio Doença/Morte dado ser o que se encontrava relacionado com a temática em estudo.

O instrumento de recolha de dados foi aplicado durante os meses de janeiro, fevereiro e março de 2012 pela Doutora Ana Sampaio, psicóloga clínica com experiência na utilização do mesmo. De acordo com Ribeiro (1999) nos testes não objectivos ou projectivos há uma intervenção de interpretação entre o comportamento do respondente e uma terceira pessoa, logo são passados e interpretados por um psicólogo.

### **3.3. Procedimentos**

Numa primeira fase, para a realização deste projeto, efetuámos alguns procedimentos prévios e formais. Para tal foi entregue uma carta de apresentação do projeto e um pedido de autorização para a realização do mesmo ao Diretor do Agrupamento de Escolas de Eugénio de Castro, Doutor António Manuel Moita de Almeida Couceiro, representado pela sua adjunta, responsável pela área do 1.º Ciclo do Ensino Básico, Doutora Izalina da Silva Antunes Alves David. Após a obtenção da autorização foi contactada a Professora Titular da Turma, Maria da Luz Gomes Martins de Almeida, onde os alunos do terceiro ano se encontravam inseridos, para que se delineassem estratégias de obtenção do consentimento informado aos Pais e Encarregados de Educação das crianças participantes (Anexo 2).

Numa segunda fase, e após a devida autorização de todas as entidades envolvidas neste projeto, foi aplicada a Prova Projectiva “Era uma vez...”, aos dezoito alunos inseridos na nossa amostra, processo que decorreu ao longo de onze semanas.

Na terceira fase foram colocadas em prática as cinco sessões pedagógicas com o grupo-turma, com o intuito de dotar as crianças de um maior grau de resiliência, face à problemática da morte e do luto, levando ao reconhecimento da morte como um facto natural e comum a todos os seres vivos, através de um conjunto de atividades práticas e lúdicas.

Numa quarta fase foi elaborado um manual para todos os Educadores que no seu quotidiano contactam com as crianças e comunidade em geral. Este manual reuniu informações fundamentais sobre a temática da morte e do luto, de modo a contribuir para uma intervenção informada e adequada de todos os que lidam com a perda.

Na última fase deste projeto foram distribuídos os manuais pelos pais e encarregados de educação das crianças participantes, pelos docentes da escola onde o mesmo decorreu e pela Direção do Agrupamento de Escolas a que a mesma pertence.

### **3.4. Considerações éticas**

Na realização deste projeto foram prezadas todas as normas éticas e morais respeitantes à intervenção com crianças. Algumas das preocupações que o nortearam foram o consentimento livre e esclarecido. Partimos do pressuposto de que todas as crianças envolvidas na pesquisa deveriam estar suficientemente informadas acerca do projeto e a sua participação no mesmo deveria ser desvinculada de qualquer obrigatoriedade.

Foi obtido o Termo de Consentimento Livre e Informado dos pais e encarregados de educação das crianças participantes, bem como o Termo de Concordância do Agrupamento de Escolas em que se insere a escola onde decorreu o projeto, na figura do seu diretor, e foi ainda realizada uma reunião com todos os intervenientes anteriormente citados com o intuito de delinear os objetivos do projeto e o que iria ser trabalhado nas sessões pedagógicas a realizar em sala de aula.

## **4. Projeto de Intervenção/Resultados**

### **4.1. Prova Projectiva “Era uma vez...”**

Era nosso objetivo aplicar a Prova “Era uma vez...” no início e no fim das sessões pedagógicas, de forma a avaliar se teriam decorrido alterações significativas na vivência

da morte e do luto. Porém, a duração de passagem e interpretação deste instrumento inviabilizou a sua utilização num segundo momento, uma vez que se trata de uma prova morosa, o que levaria a que não fossem cumpridos os prazos necessários para a entrega deste trabalho, bem como não poderia ser passada à nossa amostra em virtude da atividade letiva terminar precisamente no mês de junho, mês correspondente ao término da intervenção. Acresce referir que temos intenção de concretizar esta segunda aplicação, bem como, de dar continuidade a este projeto.

Como referimos anteriormente apenas utilizámos o episódio da Doença/Morte. Da observação das sequências organizadas como resposta aos Cartões, que apresentam situações que provocam ansiedade, ressaltou uma imediata negação dessa emoção, de um modo geral através de fuga pela fantasia. Verificou-se, sistematicamente, que esta forma de defesa da emoção ansiosa não revela qualquer eficácia, na medida em que os finais das histórias organizados pelas crianças são mais angustiantes do que os estímulos apresentados nos Cartões correspondentes.

Salienta-se que em todas as cenas que apresentam a temática da morte as crianças organizavam as histórias com maior dificuldade, encontrando-se hesitantes, selecionando as cenas com dificuldade e repensando a sequência a dar, com elevada frequência.

Na imagem que evidenciava um dos símbolos do morrer, na totalidade das histórias, foram partilhadas algumas palavras, ditas sempre na base da incerteza, do receio de as pronunciar como se de uma situação real se tratasse.

Ao longo das histórias foram surgindo algumas referências ao luto e ao morrer em frases específicas, tendo como exemplo: “um Cristo com uma jarra de flores” referindo-se ao cemitério, mais propriamente a uma sepultura; “adormeceu e sonhou com a Igreja”, “adormeceu e sonhou que ia à missa” ou “adormeceu e foi para Jesus” querendo falar sobre a morte e o processo do morrer e ainda, “tornou-se num super-herói” aludindo ao destino das pessoas depois de morrer.

No entanto, noutros momentos, as crianças mostraram o conhecimento da morte e a consciência dos perigos que correm através do silêncio e das expressões faciais dos seus sentimentos mais íntimos, deixando transparecer angústia e medo, por vezes insuportáveis. Foi nesses instantes que os vimos colocar em prática os mecanismos de negação e de idealização de uma realidade inexistente, fugindo à mesma através da fantasia.

Foi-nos também possível observar que em todas as organizações de histórias, a personagem principal era alguém inventado e com nome criado pelas crianças. Estas

nunca apareciam sozinhas na história, havia sempre outras personagens nomeadas, o que denota alguma confiança em quem os rodeia, pois os nomes surgiam como os dos pais, professores ou alguém adulto da própria família, considerando essas figuras como suas protetoras e como aquelas em quem confiam e buscam apoio.

#### **4.2. Sessões Pedagógicas**

Através da leitura e análise intensiva da literatura e da nossa própria experiência docente, estruturámos cinco sessões pedagógico-didáticas, onde nos baseámos em técnicas de avaliação/intervenção como a interação grupal, o debate, a observação, os jogos, o desenho e o uso de imagens (filmes e livros infantis).

No final de cada sessão foi escrito um *diário de bordo* com os principais tópicos para posterior análise, bem como foram também realizados alguns *registos de vídeo*.

A 1.<sup>a</sup> Sessão do nosso Projeto teve a duração de 90 minutos e realizou-se na sala de aula pertencente à turma (Anexo 3).

Os objetivos primordiais foram: 1) Criar uma ligação entre as crianças, sensibilizando-as para a existência de sentimentos importantes dentro de cada uma delas; 2) Levar a criança a entrar em contacto com o processo do luto, com os factos e com os sentimentos referentes à morte e ao morrer e 3) Enfatizar a relevância da comunicação aberta e honesta sobre o tema da morte com a criança, respeitando ao máximo, a sua capacidade emocional e intelectual.

Os materiais utilizados nas atividades foram principalmente livros de histórias infantis “Bambi”, “Rei Leão” e “Kenai Koda”, bem como imagens de diversas cenas das mesmas películas.

Nesta sessão foi elaborado, com as crianças, um mural contendo as mãos de todas elas e os seus respetivos nomes, bem como a mão da docente e nome. Seguiu-se a leitura/visualização de algumas cenas de alguns livros/filmes de animação infantil como o “Bambi”, o “Rei Leão” e o “Kenai Koda” e criou-se um diálogo com as crianças sobre o ciclo da vida: sendo que todos nascem, crescem, ficam adultos, podendo-se reproduzir ou não e morrem, como os animais, plantas e enfim, todos os seres vivos da Terra.

Seguiu-se a realização de cartazes com imagens dos filmes/livros visionados anteriormente e balões de fala preenchidos, onde cada grupo apresentou os seus sentimentos que surgiram ao longo do trabalho e transpondo a sua identificação, ou não, com alguma situação do livro. Nestes cartazes surgiram frases como: “Estou muito arrependido do que fiz”, “Sinto-me triste e culpado com a tua morte”, “Estou infeliz e desconsolado com a morte do meu pai – diz o Simba”, “A minha vida não faz mais

sentido sem ti, mãe...para onde foste? – diz o Bambi”; emergindo também ao longo dos cartazes palavras soltas: “culpa”, “orgulho”, “carinho”, “amor” e “ternura”.

Procedeu-se, por fim, à realização do jogo “Turbilhão de Sentimentos”, em que cada criança retirou um cartão da caixa, mimando em seguida a palavra correspondente a um sentimento, para que os colegas o adivinhassem, enriquecendo desta forma o seu vocabulário sobre a temática. Surgiram cartões com os sentimentos “culpado”, “triste”, “afrito”, “chocado”, “zangado”, “feliz”, “assustado” e “nervoso” que levaram as crianças a um leque variado de expressões corporais, utilizando essencialmente a face e os membros superiores.

Ao longo desta sessão verificámos que as crianças, na sua totalidade, já conheciam as histórias infantis nomeadas anteriormente mas nunca tinham dialogado abertamente e analisado as mesmas segundo a temática do ciclo da vida, o que lhes proporcionou um enriquecimento global e permitiu expressar sentimentos e pensamentos como: “gostei muito da história do Rei Leão porque apesar do pai morrer, o Simba cresceu e deixou de se sentir culpado”; “Eu já conhecia a história do Bambi, mas nunca tinha conseguido ver a parte em que a mãe dele morre...tenho pena e choro sempre”; “Sinto-me sempre triste quando vejo estes filmes, tenho pena do Simba e do Bambi, porque eu também não queria que a minha mãe ou o meu pai morressem assim...” ou ainda “Não gosto nada de ver os animais a morrer, tenho tanta pena do Simba e do Bambi, eles ficaram muito tristes, eu também ficava, não sei se conseguia parar de chorar”, aumentando o seu vocabulário e facilitando a comunicação sobre aquilo que os afligia.

Já a 2.<sup>a</sup> Sessão (Anexo 4), também ela com a mesma duração, teve como objetivos: 1) Enfatizar a relevância da comunicação aberta e honesta sobre o tema da morte com a criança, respeitando ao máximo, a sua capacidade emocional e intelectual e 2) Reconhecer que é importante ter abertura e diálogo, informações e vivências que contribuam para a formação de cidadãos capazes de intervir criticamente na sociedade em que vivem. Para a realização das atividades utilizaram-se alguns materiais importantes como t-shirts, tintas e canetas adequadas para pintura em tecido.

Procedeu-se ao jogo da “Máscara Mágica”, com o intuito de demonstrar sentimentos através das expressões corporais. Seguidamente foram distribuídas t-shirts pelas crianças, que posteriormente foram pintadas e desenhadas com mãos e escritas possíveis mensagens de apoio e solidariedade aos colegas em luto. Algumas das mensagens de solidariedade que mais se destacaram foram: “Não te deixes cair, tu és

forte!"; "Estás no meu coração. Não desistas nunca!"; "Estarei sempre ao teu lado porque gosto muito de ti."; "Nunca desistas, pois tens amigos que cuidam de ti!"; "És um dos meus melhores amigos, estou aqui sempre que precisares." e "Força amigo! Nunca te deixarei sozinho...".

Terminando uma vez mais a sessão com o jogo "Turbilhão de Sentimentos".

Os jogos realizados facultaram às crianças uma forma lúdica de expressar os seus sentimentos e emoções, sem ser necessário utilizar palavras para o efeito. Apurámos que se tornou mais fácil a utilização dos movimentos do corpo, essencialmente da face para expressar o que estão a sentir, ultrapassando, através do jogo, a realidade, transformando-a através da imaginação.

O desenho das mãos nas camisolas e a escrita das mensagens permitiu ao grupo ultrapassar a sua inibição verbal comunicando através do desenho e da escrita como formas espontâneas de expressão.

A 3.<sup>a</sup> Sessão (Anexo 5) realizou-se também no espaço sala de aula e com a duração de 100 minutos. Como objetivos fundamentais temos: 1) Levar a criança a compreender a literatura e a arte como recursos de reflexão sobre a própria realidade; observar e reconhecer a relação entre o texto escrito e a imagem; aprofundar a capacidade interpretativa; expor dúvidas em relação ao que acontece à sua volta, especificamente em situações delicadas e 2) Identificar sentimentos, exteriorizando-os através do jogo como forma de sensibilização ao conteúdo do seu interior.

Os materiais utilizados com maior interesse foram o livro de literatura infantil "Porque é que o avô morreu?", o molde de uma flor de origami, o papel crepe de várias cores, o arame, a fita aderente de cor verde, a tesoura, um vaso grande e a terra.

Desta forma, fez parte da sessão um jogo inicial denominado "Laço e Abraço", também a leitura de uma história "Porque é que o avô morreu?", com o objetivo de criar uma ligação entre a perda sentida quando ocorre a morte de um animal e quando ocorre a morte de uma pessoa, pedindo posteriormente aos alunos que escrevessem uma mensagem de sensibilização e apoio para com os colegas e amigos que tenham sofrido a perda de alguém querido.

Seguiu-se a construção e plantação de uma flor feita em origami e um diálogo sobre ambas as atividades.

Nesta sessão, através do jogo inicial conseguimos que as crianças interagissem e partilhassem afetos, não só através da sua verbalização, mas também do toque e da

demonstração de carinho perante os colegas, demonstrações essas partilhadas através de abraços, beijos e entrelaçar de mãos.

Aferimos igualmente que a literatura infantil é um dos meios facilitadores de diálogo sobre a morte e o luto, tornando as crianças mais flexíveis emocionalmente e com maior capacidade de reagir, de um ponto de vista emocional, nas situações difíceis, assim como as auxilia a criar soluções para os seus impasses, tornando-as mais resilientes.

No que respeitou à construção da flor foi uma das atividades que mais gostaram, pois permitiu a manifestação de sentimentos através da arte, sendo esta uma forma de expressar visualmente o ciclo de vida de uma planta.

Nesta atividade foram surgindo atitudes de carinho entre as crianças, pois todos se queriam ajudar mutuamente, mostraram-se muito empenhados em que a flor saísse bonita e expressando mesmo o que gostariam de fazer com ela, dizendo frases como: “a nossa flor irá ser sempre regada para não morrer, mas se isso acontecer deixará filhotas para depois plantarmos”, “- Professora, gostaríamos muito de levar esta flor para casa porque assim podíamos lembrar-nos das pessoas de quem gostamos e daquelas que já foram para o céu, como o meu avô”, ou “Eu quero dar esta flor à minha avó agora que ela é viva, porque depois, quando morrer já não a pode vir ver.”

Na 4.<sup>a</sup> Sessão (Anexo 6), o objetivo primordial foi 1) Levar a criança a entrar em contacto com a irreversibilidade da morte e, para isso, durante 90 minutos, na sala de aula e no espaço de recreio da escola, utilizando a história infantil “A vida da libelinha”, papel de cavalinho, lápis de cor, balões e cartões em branco realizaram-se algumas atividades fulcrais para reforçar que a morte é uma partida sem retorno.

Nesse sentido contou-se uma história de literatura infantil “Era uma vez uma libelinha...” que retrata a morte deste inseto enquanto larva/lagarta para se transformar numa outra, tal como as conhecemos e na irreversibilidade desse facto.

Após a leitura e exploração da história, pediu-se aos alunos uma ilustração da mesma, realçando os aspetos que mais os sensibilizou, através do desenho infantil. Na maioria dos desenhos haviam duas fases, na primeira as larvas encontravam-se submersas em água e apresentavam cores escuras como o cinzento e o preto, na segunda apareciam lindas libelinhas coloridas a voar pelos céus. Muitos dos desenhos apareceram também como bandas desenhadas em que as crianças construíram a vida do inseto, desde o seu nascimento, à sua transformação.

Como forma de finalização da sessão, foram distribuídos pela escola balões com um cartão, contendo uma “palavra-chave” relacionada com o conteúdo de todas as sessões trabalhadas até ao momento. As “palavras-chave” mais significativas foram: alegria, ternura, carinho, amizade, força, morte, luto, tristeza, saudade, ciclo da vida, viver, crescer, entre outras.

Com a doação dos balões pretendeu-se reforçar a ideia de que a sua partida sem retorno se assemelha ao facto da morte ser também uma partida idêntica.

Na sessão em causa verificou-se que as crianças compreenderam que a morte é um acontecimento sem regresso, ou seja, quem morre não volta, nem tão pouco pode dar a conhecer a quem fica o que acontece após a sua morte.

Através da expressão, dimensão e profundidade das ilustrações da história foi possível aceder a sensações, emoções e memórias associadas a fantasias ou mesmo a experiências de perda, como pudemos verificar através das frases proferidas: “Fiquei arrepiado com esta história, professora...porque a libelinha já não podia voltar...”; “é verdade, a libelinha não podia voltar à água porque criou asas e agora só podia estar no ar...”; “É triste não podermos voltar cá quando nos transformarmos, como a libelinha, porque não voltamos a ver os nossos irmãos como ela...ela devia ter muitas saudades.”; “Não te preocupes que elas um dia mais tarde encontram-se todas...”.

Por último, os objetivos que nortearam a 5.<sup>a</sup> sessão (Anexo 7) foram: 1) Proporcionar à criança jogos lúdico – didáticos que a levem a um contacto mais prático com o tema do luto, com a morte e todos os sentimentos, dúvidas e angústias que a rodeiam; 2) Fomentar o divertimento e o conhecimento; 3) Promover a aprendizagem da aceitação da morte como fazendo parte do ciclo da vida e da existência de cada um e 4) Reconhecer que o luto é vivido de diferentes maneiras por diferentes povos, em diferentes religiões, em diferentes costumes e tradições.

Esta última sessão teve a duração de 120 minutos e foi orientada na sala de aula da turma.

Assim, foi realizado, sob forma de avaliação final do grupo, um jogo intitulado “ O Arco-Íris da Vida!”, consistindo num tabuleiro em forma de arco – íris, sendo que nele se encontravam representadas algumas casas de mímica, de desenho, de pergunta e de perigo. Existindo também um manual de instruções que permite o seguimento atento de quem o joga.

Para terminar a sessão, foi lançado um debate com os alunos sobre a mensagem transmitida pelo jogo lúdico e em todas as sessões de trabalho com as crianças, que avaliam, de certa forma, a organização de todas as atividades das sessões.

Desse debate resultaram algumas expressões significantes como: “Eu gostava que me contassem sempre a verdade sobre a morte de alguém da minha família, não queria que me encobrissem porque isso era mentir-me e depois ficava ainda mais triste”; “Temos sempre que ser solidários quando morre alguém nosso amigo”; “O luto é um período de tempo, depois de morrer alguém de quem gostamos muito, em que nos encontramos muito tristes e a precisar de ajuda” e “Adorei este jogo porque aprendemos muito sobre o que é o luto, pudemos desenhar e mimar palavras que aprendemos de novo como o que significa irreversível, morte, luto...”.

Finalmente foram entregues diplomas de participação nas sessões pedagógicas.

Com esta última sessão conseguimos averiguar que os resultados conseguidos nas sessões anteriores se mantinham e que o grupo se encontrava com um maior grau de resiliência face ao tema.

Com a participação no jogo interativo acima mencionado as crianças conseguiram partilhar ideias, debater opiniões sobre a morte, o processo de morrer e o próprio luto, sempre de forma lúdica, com clareza e simplicidade, mostrando um maior conhecimento e verbalizando muito mais, vivenciando estas questões não com medo e incerteza, mas sim com convicção, considerando-a uma temática equivalente a tantas outras repletas de interesse.

Todas as técnicas lúdicas utilizadas com as crianças que participaram no projeto, como forma de promoção da educação para a perda, constituíram uma estratégia muito eficaz e de efeito extraordinariamente positivo na partilha de sentimentos, emoções, medos, anseios, preconceitos e até experiências vivenciadas, o que possibilitou à amostra participante aumentar o seu grau de resiliência face à problemática da morte e do luto.

Estas sessões permitiram também sensibilizar e motivar alguns docentes da escola a enfrentar os seus próprios receios, dialogando abertamente com os seus alunos sobre o tema que, apesar de bastante melindroso, tentou ser sempre encarado de uma forma saudável.

#### **4.3. Manual para Educadores**

Numa época em que o tema da morte e do luto é, ainda, considerado tabu, tornou-se urgente aumentar a sensibilização da comunidade em geral, e educativa em

particular, para esta temática, promovendo a saúde mental através da educação para a morte e luto, de forma salutar.

Por serem várias as dúvidas e angústias que nos invadem quando somos confrontados com a necessidade de comunicar a uma criança, o falecimento de um animal ou de uma pessoa com quem a mesma mantinha relações de proximidade afetiva, porque também são várias as dúvidas sobre o que é e o que não é normal num processo de luto em crianças e quais as intervenções a adotar, sentimos a necessidade de criar um manual destinado a todos os educadores, pais e professores para que este se tornasse num compêndio de esclarecimento acerca da melhor forma de abordar o tema da morte e do luto, com crianças com idades compreendidas entre os seis e os dez anos (Anexo 8).

Na elaboração do mesmo seguimos dois princípios orientadores, primeiramente, uma exaustiva revisão da literatura sobre o tema e, posteriormente, a enumeração dos indicadores relevantes apontados por especialistas da equipa de pedopsiquiatria do Hospital Pediátrico de Coimbra.

O Manual apresenta inicialmente uma definição, ainda que breve, do processo de luto, explicitando algumas vivências características do mesmo. Deu-se, neste seguimento, particular destaque às componentes fisiológica, cognitiva, emocional e comportamental do processo de luto em crianças, contribuindo para a desmistificação de algumas crenças erróneas sobre o mesmo. Para tal, inclui um pequeno capítulo onde se procura dar resposta à questão “O que é o luto?”; apresenta também alguns tópicos em que abordamos a forma como se deve falar sobre a morte às crianças e o que se deve evitar dizer; mostra como celebrar datas especiais; evidencia alguns quadros-resumo contendo questões essenciais, mitos e realidades; um outro quadro evidencia algumas características do desenvolvimento infantil, o conceito de morte, as reações à perda e as formas de intervenção, correspondentes ao período de vida dos seis aos nove anos de idade; são igualmente enunciados no manual os 14 mandamentos-chave para conversar sobre a morte e algumas sugestões dedicadas aos educadores; o guia inclui também uma pequena história infantil relacionada com o tema e termina com a indicação de locais de apoio ao luto na cidade de Coimbra.

No que diz respeito à avaliação do Manual consideramos que foi muito positiva.

Após a distribuição de vinte e cinco manuais na comunidade educativa (pais e encarregados de educação, professores e amigos), e da realização de uma reunião de trabalho com os intervenientes acima mencionados, constatámos que o mesmo havia sido considerado como um recurso essencial e útil, sendo mesmo apreciado como um elo

de partilha e de enriquecimento na área do luto infantil. Foi-nos ainda proposto, por algumas entidades, a publicação do referido manual num futuro próximo.

O feedback relativamente ao Manual excedeu as nossas expectativas, no entanto consideramos que deverá ser feita uma avaliação, com maior rigor, dos seus resultados, de forma a continuar a promover a publicação do mesmo.

## 5. Discussão

Muito embora a análise efetuada fosse sustentada por uma amostra limitada e um reduzido período de avaliação inicial, registo de dados e prática de intervenção, os resultados obtidos permitiram traçar tendências interpretativas da importância de educar as crianças para a perda.

No que diz respeito ao primeiro objetivo - *averiguar o modo como as crianças lidam com as suas emoções* - os resultados obtidos na Prova “Era uma vez...” sugerem que as mesmas se sentem ainda pouco confortáveis a discutir a temática da morte e do luto. Percebemos, pela linguagem e pela postura da maioria das crianças, durante a avaliação inicial que falar sobre o tema lhes criou algum desconforto, expressado por sinais evidentes de inquietação e tristeza.

Estes resultados vão ao encontro da literatura, pois enfrentar os corpos doentes e os sinais de morte, para uma criança, é quase intolerável e exige uma capacidade pessoal para lidar com sentimentos intensos de perda e abandono, mas também a empatia indispensável para avaliar a capacidade da criança para falar, ou não falar, sobre a morte e o luto (Fagulha, 1999).

Comparando também os nossos resultados com os obtidos por Fagulha (1999) na Prova “Era uma vez...” verifica-se também uma proximidade de efeitos na aplicação da mesma pois, ao longo da prova, a criança à qual havia sido aplicada a mesma, demonstrou medo e angústia, por vezes insuportáveis, apresentando nesses momentos mecanismos de negação e idealização como defesa pessoal.

O segundo, terceiro, quarto e quinto objetivos foram concretizados através das sessões pedagógicas anteriormente descritas.

Relativamente ao segundo objetivo - *dotar as crianças de um maior grau de resiliência, face à problemática da morte e do luto, após a intervenção delineada* – os resultados sugerem que, apesar da morte ser um tema que perturba, na amostra intervencionada, foram criados sentimentos e emoções positivos, levando ao

aparecimento de atitudes de aceitação relativamente à sua discussão e enfrentamento. Verificou-se que o discurso sobre a morte e o luto foi construído, na maioria das crianças, a partir de vivências familiares e socioculturais, não existindo uma comunicação aberta entre os pais e/ou educadores e a criança que a ajudassem a estruturar o conceito real e a integrá-lo no seu ciclo de vida.

Estudos demonstram que a discussão do conceito de morte no contexto educativo desde cedo conduzirá a um entendimento mais maduro desta temática, sendo que esta educação para a perda se deve basear em ideias reais sobre a mesma, dependendo do estágio de desenvolvimento da criança, de forma a torná-la mais resiliente (Lee, 2009).

Já em relação ao terceiro objetivo - *levar ao reconhecimento da morte como um facto natural, irreversível e comum a todos os seres vivos, proporcionando o contato com diversificadas formas de a trabalhar* – os resultados que obtivemos apontam que à morte são atribuídos significados diversos que nos parecem consequência da existência de contacto, ou não, com experiências e vivências anteriores. Foi evidente, na maioria dos discursos, uma reduzida discussão do tema em ambiente familiar, na escola e noutros contextos frequentados pelas crianças. Algumas verbalizaram a presença do tema nas conversas da família no entanto, essas envolviam a morte de mistério e de religiosidade. Talvez por esta razão as questões ligadas a crenças e preconceitos apareçam na sua oralidade.

Outro dos pontos em discussão prende-se com o entender da morte como irreversível. Neste ponto, verificou-se que as crianças perceberam que, através do ciclo da vida, todos os seres nascem, crescem, reproduzem-se e morrem, e que a morte é um momento em que tudo termina e não há retorno no entanto, pensam que a mesma só acontece aos outros e não a ela ou aos que lhe são próximos.

Tal como nos refere a literatura, antes de entender que a morte significa cessação das funções vitais, as crianças atribuem vida e funcionamento biológico ao morto, principalmente para as funções cognitivas, como pensar e sentir e, antes que compreenda a morte como uma característica comum a todos os seres vivos, acredita que algumas “classes” de pessoas não morrem, ou que algumas prevenções podem evitar a morte (Almeida, 2005).

Ainda para Almeida (2005), ao longo do desenvolvimento, por volta dos sete/oito anos de idade, idade esta escolhida para amostra deste projeto, ocorre uma significativa mudança na construção do conceito de morte, coincidindo com a transição do período pré-operacional para o operacional concreto.

No quarto objetivo - *sensibilizar e motivar os docentes a enfrentar os seus próprios receios, dialogando abertamente com os seus alunos sobre o tema que, apesar de bastante melindroso, deve ser encarado de uma forma sã* – os resultados obtidos indicam que não há fórmulas ou regras para a comunicação de notícias graves às crianças, mas a análise dos resultados da intervenção permitiu-nos considerar que a sinceridade e a franqueza ajudam a criança no processo de educar para a perda. Além de conversar sobre o assunto, pode também ser útil permitir a participação da criança nas informações e decisões que a família tem de enfrentar.

Verificámos, também, que os docentes não se encontram ainda preparados para um diálogo aberto com as crianças sobre o tema da morte e do luto, sentindo-se receosos e com medo de falhar e de deixar transparecer para o diálogo os seus próprios sentimentos e emoções.

A literatura indica que, mesmo não recebendo informações diretas, a criança é capaz de compreender, a seu modo, o que acontece ao seu redor, quebrando a crença de que as mesmas não entendem o que acontece e por isso não devem receber comunicações a respeito do tema, geralmente tão difícil para os adultos partilharem (Andrade & Barbosa, 2010).

Pais, professores e outros profissionais precisam de ajudar as crianças a desenvolver estratégias para lidar com o medo, a ansiedade e os pensamentos negativos relativos à morte, mas só depois de se encontrarem capacitados para tal (Papadatou, 1997), daí a importância da formação na área do luto para profissionais ligados à educação.

Em síntese, a dificuldade dos adultos em comunicar notícias graves, como a morte, às crianças, está relacionada com a sua própria dificuldade em gerir as suas emoções e em lidar com os seus sentimentos negativos face ao luto por morte.

Igualmente no quinto objetivo - *clarificar a forma como se deve ou não se deve abordar a morte na sala de aula, dando a conhecer as diferentes formas de trabalhar o luto, tendo em conta: personalidades, culturas, religiões, entre outros e proporcionando a partilha de medos, anseios, preconceitos e até experiências vivenciadas* – os resultados mostram que não existe um guião do modo correto de transmitir a notícia da perda a uma criança, pois esta será sempre uma situação que requer flexibilidade, o uso da calma e muita paciência. Aferimos que é importante que nos preparemos para ter de repetir, ou explicar de forma diferente, pois o que foi dito poderá ser questionado pela criança, ou podemos até necessitar de aprofundar mais detalhadamente do que se estava inicialmente à espera, se a mesma assim o requisitar.

Há, de facto, falta das palavras corretas para falar sobre a morte, devendo-se procurar as melhores condições para o realizar, sendo aconselhável que quem fale com a criança lhe seja próximo.

Apurámos também que o ponto fundamental é a honestidade e a verdade. Apesar de não existirem guias ou discursos pré-elaborados, pode-se com certeza afirmar que o mentir, ocultar ou utilizar eufemismos para a morte não é recomendado. A criança, insegura com tudo o que se está a passar, só poderá ser prejudicada pela desconfiança que resulta da descoberta de uma mentira por parte de quem a ama e lhe deveria transmitir segurança. Mais cedo ou mais tarde a criança saberá a verdade dos factos e sentir-se-á traída.

Extraímos também dos resultados que os adultos, com a melhor das intenções, procuram proteger a criança, recorrendo compreensivelmente ao uso de expressões como “Estava muito doente e foi para longe para se curar” ou “Está a dormir para sempre”, que não ajudam a elaborar a realidade. Ao invés destas justificações, a literatura aconselha a utilização de uma abordagem sincera e direta (Andrade & Barbosa, 2010).

No entanto, a literatura sugere que devemos capacitar as crianças de instrumentos que as ajudarão a lidar com a perda de forma mais equilibrada e não com frases que as confundam. Este aspeto educacional poderá servir como antídoto para perceções incorretas, visões distorcidas e até atitudes destrutivas que as crianças podem desenvolver apenas com visões da morte transmitidas nos meios sociais (Wass, 2004).

Por fim, a elaboração do Manual que surgiu para dar resposta ao objetivo anteriormente mencionado bem como ao sexto objetivo - *promover a elaboração de um Manual que apoie os educadores*.

Os resultados possíveis obtidos com a distribuição e leitura do manual indicam-nos que o mesmo foi apreciado como um recurso essencial e profícuo na área da prevenção e do trabalho no luto infantil, sendo uma fonte rica de partilha e de enriquecimento no trabalho da resiliência face à morte, com crianças. Averiguámos, através da partilha com muitos pais/encarregados de educação e colegas, que inicialmente o tema lhes havia causado alguma apreensão, manifestando até receio de dialogar sobre a morte e o luto. No entanto, no final de uma leitura atenta e detalhada que este guia lhes proporcionou, verificou-se que os mesmos se encontravam mais abertos ao diálogo com base na naturalidade e na sinceridade que o tema tanto exige de nós.

Não encontrando nenhum manual na área do luto que nos sugerisse algo, o mais próximo encontrado foi na área dos cuidados paliativos.

A literatura comprova estes resultados, pois como nos diz a Academia Nacional dos Cuidados Paliativos (2009), a boa comunicação é vital no pré e pós processo da perda. Embora existam particularidades de cada núcleo familiar quanto à cultura, crença, valores, modos de expressão de sentimentos e dúvidas, é verdade que a comunicação clara facilita a adaptação a essas situações.

## **6. Conclusão**

De acordo com os resultados obtidos, a partir da fase de intervenção do Projeto, pôde verificar-se que os mesmos comprovam o que é dito por investigadores como Andrade & Barbosa (2010), no que se refere à experiência da perda e à dor que dela resulta como sendo fenómenos inevitáveis da vida, pelo que é urgente que a sociedade contrarie a tendência errada de os ignorar e silenciar para que as gerações seguintes cresçam com melhores capacidades psicológicas e mais resilientes para os encarar e ultrapassar.

No decorrer do Projeto foi também possível encontrar respostas que corresponderam ao que inicialmente nos havíamos proposto.

Deste modo, a ideia da morte está presente, como realidade ou ameaça, levando a criança a contactar de forma mais intensa com o medo e com as dúvidas em relação ao destino. É necessário que esses medos possam ser partilhados, bem como se deve, também, procurar dar uma resposta às questões colocadas pela criança, tendo em conta o seu desenvolvimento emocional e cognitivo. O espaço de partilha deverá ser criado num ambiente seguro, calmo e que promova a possibilidade de lidar com os sentimentos de forma criativa.

É importante que os pais, os educadores, os professores e os psicólogos tomem consciência de que privar as crianças de esclarecimentos, impedi-las de viver o luto e elaborar internamente os sentimentos que possuem após o desfazer de um vínculo afetivo significativo são práticas negativas que podem trazer graves consequências. Embora que ao senso comum lhes pareça que as crianças são demasiado frágeis para aguentar uma morte ou incapazes de a compreender na verdade, tais erros não oferecem às mesmas uma oportunidade de amadurecer nem ganhar estratégias e capacidades psicológicas de resistência para criar uma representação interna da morte como um acontecimento natural e inevitável que, mesmo que cause forte sofrimento interno, é possível de ser ultrapassado.

Na nossa cultura a morte é ainda caracterizada pelo silêncio, típico da negação, na medida em que a sociedade não suporta ver os sinais de dor, de doença e de morte, exigindo aos que sofrem a sua ameaça (ou a perda de alguém que amam) o domínio e o controlo da manifestação e vivência da dor, dificultando o trabalhar do luto, levando a consequências particularmente nefastas para as crianças.

Relativamente às atividades desenvolvidas, estas proporcionaram às crianças aprendizagens, desenvolvimento de competências, mudança de atitudes e valores face às situações analisadas, levando-as a questionar e a desenvolver o seu espírito crítico.

Conclui-se, também, que a perceção das crianças sofreu uma alteração, no que respeita à ideia inicial que tinham sobre a morte e o luto.

Com o desenvolvimento deste Projeto, utilizando uma metodologia ativa e realizando atividades lúdicas e inovadoras, verificou-se que é possível implementar um Projeto de Educação para a Perda nas escolas do Primeiro Ciclo do Ensino Básico, envolvendo com imenso aprazimento e interesse toda a comunidade educativa.

Para finalizar, parece-nos importante referir que devemos alterar o discurso e a vivência social da ocultação da morte, pois só deste modo as crianças ficarão em posição de melhor a enfrentar. O diálogo sincero sobre a perda em contexto familiar e a introdução da temática nos currículos escolares desde o 1.º ciclo do ensino básico são fatores importantes para que a criança possa (re)integrar a morte na sua vida.

Embora se verifique uma quase inexistência de projetos sobre o luto e educar para a perda, os resultados da procura trouxeram informações relevantes sobre o assunto pesquisado e reforçaram a ideia de que desenvolvimentos teóricos na área são de fundamental importância.

Apontamos como limitações deste Projeto o facto da amostra não incluir um maior número de participantes, também o contexto restrito em que o mesmo foi aplicado, apenas numa escola do 1.º ciclo e por último as limitações de tempo, uma vez que não foi possível cumprir na totalidade a avaliação do grupo, dado que a aplicação da Prova “Era uma vez...” se tornou muito extensa e morosa, não permitindo passá-la ao mesmo grupo num segundo momento final.

Para projetos futuros gostaríamos de sugerir uma avaliação do mesmo grupo com a aplicação da Prova “Era uma vez...” não só num momento inicial, mas também após a intervenção delineada, num maior espaço temporal. Igualmente uma avaliação do Manual ao longo de todo o ano letivo através do contacto direto com os pais/encarregados de educação, professores/as e outros membros da comunidade.

Similarmente e sabendo que a escola é um espaço de reflexões, saberes, aprendizagens, descobertas e partilhas, não podendo excluir da mesma a educação para a perda, seria desejável alargar a aplicação deste Projeto a outras escolas e a outros níveis de escolaridade, criando espaços de discussão e de debate.

Estando conscientes que, no decorrer das sessões deste Projeto, as estratégias desenvolvidas fruíram êxito junto das crianças, dos professores e dos pais, pelo interesse, empenho e satisfação revelada por todos/as, considera-se que estas poderão ser implementadas, em contexto sala de aula, por outros/as professores/as, noutras instituições.

Desta mesma forma, considera-se também pertinente a realização de ações de formação para professores/as, sobre o tema da morte e do luto pois, atualmente, é cada vez mais importante colaborar e orientar os/as docentes, ajudando-os/as a reformular e a adotar novas metodologias.

Em síntese, uma “pedagogia da morte” que promova a sua integração como parte da vida, em que o afeto e o bom senso guiem a forma adequada de responder a cada criança, é indispensável para uma saudável educação para a perda.

## **7. Referências Bibliográficas**

- Academia Nacional de Cuidados Paliativos (2009). *Manual de Cuidados Paliativos* (1.ª ed.). Rio de Janeiro.
- Albuquerque, A. M. R. (2004). *Resiliência: contributos para a sua conceptualização e medida*. Dissertação de Doutoramento em Ciências da Educação, Departamento de Ciências de Educação da Universidade de Aveiro.
- Almeida, F. (2005). Lidando com a morte e o luto por meio do brincar: a criança com câncer no hospital. *Boletim de Psicologia*, (123), 149 – 167.
- Andrade & Barbosa (2010). Luto infantil. In *Manual de Cuidados Paliativos*, 536 - 537.
- Araújo, G. (2001). Falar da morte. In *Revista “Pais e Filhos”*, (130), 54 - 58.
- Ariés, P. (2003). *Sobre a história da morte no ocidente desde a idade média* (2.º ed.). Trad. de Pedro Jordão. Lisboa: Teorema, 137-190.
- Barros de Oliveira, J. (1998). *Viver a morte – abordagem antropológica e psicológica*. Coimbra: Livraria Almedina.
- Barros de Oliveira, J. (1999). Filosofia da educação e pedagogia morte. *Revista Portuguesa de Pedagogia* (33), 155-164.

- Bonanno, G. A., Westphal, M. & Mancini, A. D. (2011). Resilience to Loss and Potential Trauma. *Annu. Rev. Clin. Psychol.*(7), 511–535.
- Cecconello, A. M. (2003). *Resiliência e vulnerabilidade em famílias em situação de risco*. Dissertação de Doutorado em Psicologia, Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul.
- Fagulha, T. (1997). “Era uma vez...”. Material e Manual. Lisboa: Cegoc/Tea, 2.<sup>a</sup> edição.
- Fagulha, T. (1999). “Era uma vez... um menino com medo de morrer”. *Revista Portuguesa de Psicossomática*, (1), 89 – 100.
- Feldman, R. (2001). *Compreender a psicologia* (5.<sup>a</sup> ed.). Amadora: McGraw Hill.
- Fortin, M. (2006). *Fundamentos e etapas do processo de investigação*. Loures: Lusodidacta.
- Gelain, I. (1998). *Deontologia e Enfermagem*. 3.<sup>a</sup> Edição. São Paulo: Editora pedagógica e universitária LTDA.
- Goldman, L. (2004). Counseling with children in contemporary society. *Journal of Mental Health Counseling*, (26), 168-188.
- Hoffmann, L. (1993). A morte na infância e sua representação para o médico: reflexões sobre a prática pediátrica em diferentes contextos. *Caderno de Saúde Pública, Rio de Janeiro*, (3), 364-374.
- Kastenbaum, R., & Aisenberg, R. (1983). *Psicologia da morte*. São Paulo: Pioneira.
- King, K. e Sorensen, B. (1991). *Play and healing: therapeutic recreation's role in coping with grief*. Department of Recreation and Leisure Studies at the University of North Carolina at Chapel Hill.
- Kovács, M. J. (1992). *Morte no processo do desenvolvimento humano. A criança e o adolescente diante da morte*. In: J. M. Kovács. *Morte e Desenvolvimento Humano*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Kovács, M. J. (2003). *Educação para a morte: temas e reflexões*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Kovács, M. J. (2003). *Bioética nas questões da vida e da morte*. Psicologia USP. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Kübler-Ross, E. (1991). *Sobre a morte e o morrer: o que os doentes terminais têm para ensinar a médicos, enfermeiras, religiosos e aos seus próprios parentes*. 4.<sup>a</sup> Edição, Editora Martins Fontes. São Paulo, Brasil.
- Lee, J. O. (2009). Exploring Children’s Understanding of Death Concepts. *Asian Pacific Journal of Education*, 29 (2), 251-264.
- Masten, A. S. (1997). *Resilience in children at risk*. *Research/Practice*, 5 (1), 4-6.

- Masten, A. S. & Gewirtz, A. H. (2006). *Resilience in Development: The Importance of Early Childhood*. Encyclopedia on Early Childhood Development.
- Moura, C. (2006). *Uma avaliação da vivência do luto conforme o modo de morte*. Brasília: Universidade de Brasília – Instituto de Psicologia.
- National Association of School Psychologists (2003). *Helping Children Cope With Loss, Death, and Grief - Tips for Teachers and Parents*. Adapted from material first posted on the NASP website after September 11, 2001.
- Pacheco, S. (2002). *Cuidar a pessoa em fase terminal: Perspectiva ética*. Loures: Lusociência.
- Pangrazzi, A. (2008). *Conviver com a perda de uma pessoa querida*. São Paulo: Edições Paulinas.
- Papadatou, D. (1997). Training Health Professionals in Caring for Dying Children and Grieving Families. *Death Studies*, (21), 575 – 600.
- Parkes, C. (1998). *Luto: estudos sobre a perda na vida adulta*. São Paulo, Editora Summus. Tradução: Maria Helena Franco Bromberg.
- Pedro-Carroll, J. (2005). Fostering Resilience in the Aftermath of Divorce: The role of Evidence-Based Programs for Children. *Family Court Review*, 43(1), 52–64.
- Rebelo, J. (2004). *Desatar o nó do luto*. Lisboa: Editorial Notícias.
- Reich, J. W., Zautra, A. J. & Hall, J. S. (2010). *Handbook of adult resilience*. New York: Guilford Press.
- Ribeiro, J. (1999). *Investigação e avaliação em psicologia e saúde*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Sekaer, C. (1987). Towards a definition of “childhood mourning”. *American Journal of Psychotherapy*, 41 (2), 201-219.
- Silva, M., Lunardi, V., Filho, W. & Tavares, K. (2005). Resiliência e Promoção da Saúde. *Texto Contexto Enferm*, (14), 95-102.
- Twycross, R. (2003). *Cuidados Paliativos*. 1.<sup>a</sup> Edição. Lisboa: Climepsi Editores, Março.
- Wass, H. (2004). A Perspective on the Current State of Death Education. *Death Studies*. (28), 289 – 308.
- Winnicott, D. (1971). *O Brincar e a Realidade*. Rio de Janeiro, RJ: Imago, 1975, s/p.
- Worden, J. W. (1996). *Children and grief. When a parent dies*. New York: Guilford Press.
- Worden, J. W. (1998). *Luto e sistemas familiares*. In *Terapia do luto*. Porto Alegre: Artes Médicas.

# ANEXOS



# **ANEXO 1**

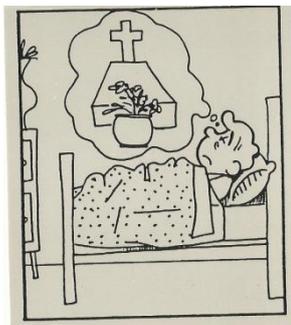
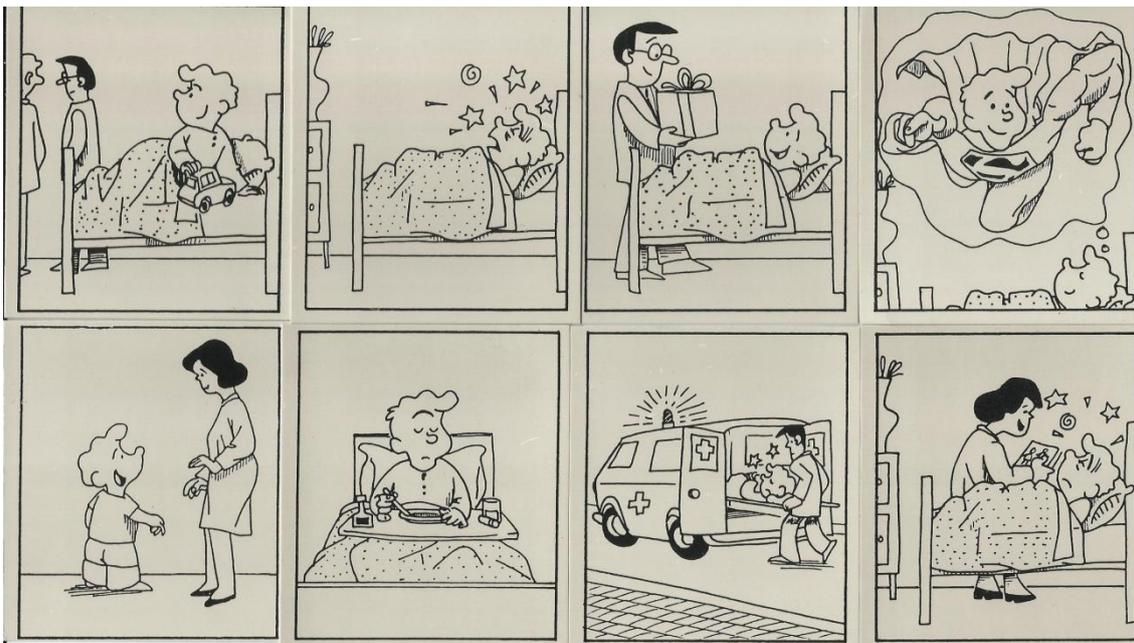
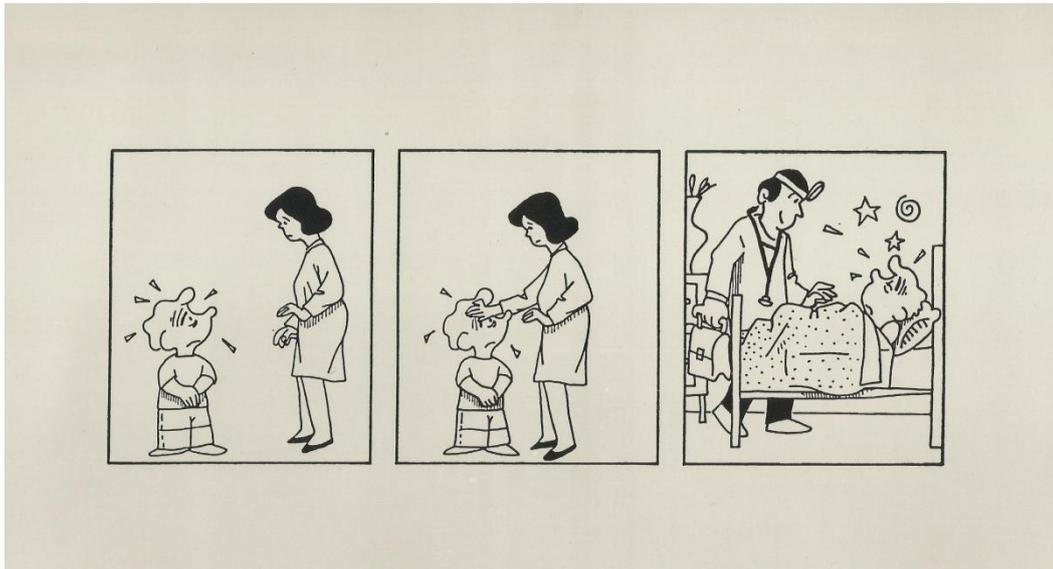
**(PROVA “ERA UMA VEZ...”)**



# PROVA “ERA UMA VEZ...” VERSÃO FEMININA



# PROVA "ERA UMA VEZ..." VERSÃO MASCULINA



# **ANEXO 2**

**(CONSENTIMENTOS  
INFORMADOS E RESPOSTAS)**



Coimbra, 15 de Novembro de 2011

Exmo. Senhor

Diretor do Agrupamento de Escolas Eugénio de Castro

Eu, Tânia Isabel Craveiro da Costa, Professora do Ensino Básico 1.º Ciclo, a exercer funções de Docente nas Atividades de Enriquecimento Curricular, no Seu prezado Agrupamento de Escolas, encontrando-me a realizar Mestrado em Educação para a Saúde nas Escolas Superiores de Educação e Tecnologia da Saúde em Coimbra, sob a orientação da Doutora Ana Paula Amaral, com um Projeto na área do Luto – Educar para a perda, venho por este meio pedir autorização a V.ª Ex.ª para colocar em prática seis sessões pedagógicas numa turma do 3.º ano, da Escola Básica da Solum, de modo a poder concretizar este projeto de intervenção a que me propus.

Aguardando a sua resposta com a melhor compreensão, subscrevo-me atenciosamente,

Com os melhores cumprimentos,

(Tânia Isabel Craveiro da Costa)

Para os devidos efeitos informamos de que está autorizada a realização do projeto de mestrado na área do Luto - Educar para a perda, na EB de Solum - Agrupamento de Escolas Eugénio de Castro.

Com os melhores cumprimentos.

A Direção

No dia 10 de Abril de 2012 17:34, Tânia Isabel Costa <[taisabel@hotmail.com](mailto:taisabel@hotmail.com)> escreveu:  
Boa tarde Exmos. Senhores,

Sou docente da atividade de enriquecimento curricular de Arte de Comunicar nas escolas do Vosso prezado agrupamento, Solum e Solum Sul e venho por este meio contactar-vos no sentido de obter uma resposta por escrito ou mail à autorização da realização do meu Projeto de Mestrado, que entreguei pessoalmente à Dra. Izalina Martins. O projeto já se encontra em andamento, na turma do 3.º ano da Solum com a colega Maria da Luz e seus alunos. Apesar de ter obtido por parte de Vossas Exas. uma resposta verbal positiva quanto à elaboração do mesmo, agradecia realmente uma resposta afirmativa por escrito ou mail, apenas para colocar em anexo na minha tese e também como agradecimento especial à Vossa Colaboração.

Com os melhores cumprimentos,

A docente

Tânia Isabel Costa.

--

Agrupamento de Escolas de Eugénio de Castro

Rua Almirante Gago Coutinho

3030-326 COIMBRA

Telefone Geral: 239792910

Gabinete da Direcção: 239792911

Gabinete do Director: 239792916

FAX 239792919

*Tânia Isabel Craveiro da Costa, Professora de Ensino Básico 1.º Ciclo e Educação Especial, a locionar a Atividade de Enriquecimento Curricular de Arte de Comunicar na Escola Básica da Solum, encontrando-se a realizar o seu Projeto de Mestrado nas Escolas Superior de Tecnologia da Saúde e Escola Superior de Educação de Coimbra, vem por este meio, pedir autorização para a participação dos alunos da turma do 3.º Ano B neste mesmo Projeto.*

*A* atualmente, a morte e o luto são ainda campos tabu na nossa sociedade, mas de grande importância ao nível social, emocional e pedagógico, sendo um tema em crescente investigação.

Este projeto é baseado na intervenção composta por sessões pedagógicas que podem ser trabalhadas na sala de aula, preparando as crianças para aceitarem e entenderem a realidade que é a morte, bem como num manual para educadores que permitirá auxiliar os mesmos na partilha da temática.

A experiência do luto, vivida através da perda de um ente querido, constitui um acontecimento marcante e de fortes significados para a vida dos indivíduos.

É necessário encontrar um caminho convergente entre a escola e as famílias, para que, em conjunto, consigamos refletir conscientemente face aos conceitos morte e luto.

Só assim, caminhando no mesmo sentido, poder-se-á contribuir para o desenvolvimento de um espírito crítico e uma interiorização de valores no quadro de uma educação para a cidadania.

A professora

\_\_\_\_\_  
(Tânia Isabel Craveiro da Costa)

Contacto para qualquer esclarecimento - 936602779

✂.....

### AUTORIZAÇÃO

Eu \_\_\_\_\_, Encarregado/a de  
Educação do/a aluno/a \_\_\_\_\_, da turma B  
do 3.º Ano, da Escola Básica da Solum,

**autorizo** o/a aluno/a a participar no Projeto “O Luto como o vivemos: Educar para a Perda” que decorrerá no ano letivo 2011/2012.

**não autorizo** o/a aluno/a a participar no Projeto “O Luto como o vivemos: Educar para a Perda” que decorrerá no ano letivo 2011/2012.

(Assinale com uma cruz a opção que pretende)

\_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
O/A Encarregado/a de Educação



# **ANEXO 3**

**(1.<sup>a</sup> SESSÃO PEDAGÓGICA)**



# 1.ª SESSÃO PEDAGÓGICA

## Objetivos:

- ◆ Criar uma ligação entre as crianças, sensibilizando-as para a existência de sentimentos importantes dentro de cada uma delas.
- ◆ Identificar sentimentos, exteriorizando-os através do jogo como forma de sensibilização ao conteúdo do seu interior.
- ◆ Levar a criança a entrar em contacto com o processo do luto, com os factos e com os sentimentos referentes à morte e ao morrer. Essa vivência em sala de aula tem como intuito: proporcionar uma experiência às crianças, contribuindo para que elas tenham um olhar mais apaziguador com as suas angústias referentes a este tema, comum ao processo de desenvolvimento de todas as crianças.
- ◆ Enfatizar a relevância da comunicação aberta e honesta sobre o tema da morte com a criança, respeitando ao máximo, a sua capacidade emocional e intelectual.
- ◆ Fazer apontamentos de valores humanos e da ética vivenciados na família, na escola e na sociedade.
- ◆ Reconhecer que é importante ter abertura e diálogo, informações e vivências que contribuam para a formação de cidadãos capazes de intervir criticamente na sociedade em que vivem.

## Material

- ◆ Livros de Histórias Infantis “Bambi”, “Rei Leão” e “Kenai Koda”
- ◆ Imagens de diversas cenas dos filmes “Bambi”, “Rei Leão” e “Kenai Koda”
- ◆ Folhas de papel para desenho em A3 e A4
- ◆ Cartolinas
- ◆ Papel de Cenário
- ◆ Lápis de cor
- ◆ Canetas de cor
- ◆ Tintas
- ◆ Guaches
- ◆ Recipientes para colocação de tintas
- ◆ Esponjas para tintas
- ◆ Aventais
- ◆ Toalhetes de limpeza
- ◆ Cartões de jogo “Turbilhão de Sentimentos”

## **Estratégias / Atividades**

### **1.º Sensibilização**

Dado que se vão iniciar algumas sessões de sensibilização para um novo tema, como abordar o luto com crianças do 1.º Ciclo, é importante iniciar o ciclo de sessões com uma pequena atividade de apresentação.

Assim, com as crianças dispostas em círculo, inicia-se um pequeno diálogo sobre a atividade a realizar. O docente explica que no meio do círculo está colocado um mural em papel de cenário que vai servir para concretizar o jogo.

Passa então à fase seguinte, a da explicação da atividade propriamente dita. O docente explica às crianças, que uma de cada vez, terá que se deslocar ao centro do círculo onde se encontra o mural em papel de cenário, recipientes com tintas, esponjas e terá que escolher uma cor, pintar a sua mão com uma esponja e colocá-la no mural de papel, justificando em seguida, para todos os colegas, o uso de determinada cor.

Depois do mural conter as mãos de todas as crianças e os respetivos nomes, bem como a mão do docente e nome, deixa-se de parte para que este seque.

Posteriormente, e ainda em círculo, o docente mostra aos alunos algumas imagens que fazem parte de diversas cenas de alguns filmes de animação infantil como o “Bambi”, o “Rei Leão” e o “Kenai Koda” e cria um diálogo com os seus alunos sobre o ciclo da vida: todos nascem, crescem, ficam adultos, podendo-se reproduzir ou não e morrem, como os animais, plantas e enfim, todos os seres vivos da Terra.

Nesta temática pode ainda falar-se das estações do ano. A Primavera, o Verão, o Outono e o Inverno têm características próprias, que podem ser identificadas com fotografias e imagens selecionadas anteriormente. Ao mostrar as folhas das árvores de diversas cores, deve - se explicar que as folhas verdes aparecem na Primavera, permanecem verdes no Verão, mas no Outono elas mudam de cor, adquirindo outras tonalidades, como a amarela, a vermelha e até mesmo castanha. Algumas espécies de árvores até perdem todas as suas folhas. Pangrazzi (1991) justifica que o uso de imagens da natureza pode ser benéfico pois a lembrança concreta de uma flor murcha ou de um passarinho morto podem servir de paralelo para introduzir a compreensão de um acontecimento doloroso.

### **2.º Concretização**

Em seguida, a docente lê em voz alta algumas passagens das Histórias em análise: “Bambi”, “Rei Leão” e “Kenai Koda”, filmes em que o momento da morte de um dos familiares das personagens centrais está presente.

Dá um tempo para que as crianças visualizem os livros previamente construídos com imagens dos filmes e respetivas legendas baseadas na história.

Pede que os alunos se juntem em grupos de seis elementos, sendo que a cada grupo irá ser entregue uma das histórias.

Depois de cada grupo ter em sua posse a história, cada elemento do mesmo terá que preencher um balão de fala de forma a permitir explorar o que a criança sente face ao acontecimento trágico do filme, que sentimentos apresenta em relação ao desaparecimento de um parente tão próximo ou querido e o que despertou nele.

Em seguida, realizar-se-á a apresentação de cada história, já completa e com todos os balões de fala preenchidos, de cada grupo à turma, sendo criado ao mesmo tempo pelo docente, um diálogo em que se vá comentando com as crianças os sentimentos que surgiram e se eles se identificaram com alguma situação ou página do livro.

Observa-se se alguma criança fez uma relação entre a história lida e uma perda significativa na vida dela. Em caso positivo, exploram - se esses sentimentos.

Pangrazzi (1991) evidencia que os canais de expressão privilegiados na comunicação da realidade da morte a uma criança são as histórias e as fábulas, uma maneira eficaz para introduzir gradualmente a criança na compreensão do que aconteceu, à luz de um relato fabuloso e de literatura.

Faz-se a exposição dos livros, contendo desenhos e textos realizados pelos alunos nos placares da sala de aula, deixando-os expostos durante algum tempo.

Como forma de finalização da sessão, o docente reúne novamente os alunos em círculo e coloca no meio uma caixa com alguns cartões contendo palavras que expressam sentimentos (ex.: tristeza, solidão, fúria, ...).

Procede-se à realização do jogo “Turbilhão de Sentimentos”.

Cada aluno retira um cartão da caixa, mimando em seguida a palavra, correspondente a um sentimento, que está contida no mesmo. Os colegas terão que adivinhar qual o sentimento e assim poderão enriquecer o seu vocabulário e aprender um pouco mais sobre os seus sentimentos e aprender sobretudo a observar a forma como os outros expressam os mesmos.

O jogo termina quando todos os alunos terminarem de mimar os sentimentos presentes na caixa.

### **3.º Integração**

Os filmes sugeridos podem ser substituídos por outros que também tratem de perdas e morte.

É um bom momento para tentarmos fazer com que as crianças percebam que a morte tem sempre um motivo e não acontece por vontade da pessoa que faleceu.

O ciclo da vida ao qual se referem ao longo de todos os filmes é uma das melhores oportunidades dadas pelos docentes para o trabalho em sala de aula com os alunos.

Outro importante auxílio do filme é a relação familiar. Devemos aproveitar para rever as relações familiares, pesquisar a respeito dos pais, quem são, onde trabalham, quais são suas crenças, do que gostam, quais são os seus amigos... Perceber que as crianças e mesmo os adolescentes têm tido poucas oportunidades de saber quem realmente são os seus pais.

É preocupante pois devemos ultrapassar a barreira do tempo e fazer com que o intercâmbio e as relações entre pais e filhos se aprofundem. É essencial para eles e também para a educação.

# REGISTO FOTOGRÁFICO DA 1.ª SESSÃO





# **ANEXO 4**

**(2.<sup>a</sup> SESSÃO PEDAGÓGICA)**



## 2.ª SESSÃO PEDAGÓGICA

### Objetivos:

- ◆ Levar a criança a entrar em contacto com o processo de luto, com os factos e com os sentimentos referentes à morte e ao morrer. Essa vivência em sala de aula tem como intuito: proporcionar uma experiência às crianças, contribuindo para que elas tenham um olhar mais apaziguador com as suas angústias referentes a este tema, comum ao processo de desenvolvimento de todas as crianças.
- ◆ Enfatizar a relevância da comunicação aberta e honesta sobre o tema da morte com a criança, respeitando ao máximo, a sua capacidade emocional e intelectual.
- ◆ Fazer apontamentos de valores humanos e da ética vivenciados na família, na escola e na sociedade.
- ◆ Reconhecer que é importante ter abertura e diálogo, informações e vivências que contribuam para a formação de cidadãos capazes de intervir criticamente na sociedade em que vivem.

### Material:

- ◆ T-Shirts brancas
- ◆ Tintas de várias cores
- ◆ Recipientes para colocar as tintas
- ◆ Esponjas
- ◆ Aventais
- ◆ Toalhetes
- ◆ Canetas adequadas para escrever nas T-Shirts
- ◆ Filmes infantis: “Rei Leão” / “Bambi” / “Kenai Koda”
- ◆ Televisão
- ◆ Leitor de DVD
- ◆ Cartões em branco
- ◆ Canetas de cor

## **Estratégias / Atividades**

### **1.º Sensibilização**

O docente dá início à sessão pedindo aos alunos para se sentarem no chão, em círculo.

De seguida, passa à explicação de um jogo, o qual se intitula “A Máscara Mágica”. Este, tem como objetivo principal fazer com que cada uma das crianças expresse o que está a sentir naquele momento, recorrendo para isso à expressão facial.

“Atira” a um dos seus colegas a sua expressão facial (máscara); o colega recebe-a e expressa os seus sentimentos, e o jogo continua assim sucessivamente.

A realização deste jogo possibilita ao educador saber como é que cada um dos seus alunos se encontra e, a partir daí perceber as razões do seu estado de espírito, ajudando-o no que estiver ao seu alcance.

### **2.º Concretização**

Seguidamente, o docente dá uma T-Shirt a cada um dos alunos e pede que a vistam.

No final da sessão anterior, teria sido solicitado, por parte do professor, que as crianças neste dia trouxessem camisolas usadas/velhas, de forma a que se as estragassem, ao vestirem por cima as T-Shirts brancas e ao trabalharem com tintas, não houvesse grandes problemas.

O docente dá ordem, depois de vestidas as T-Shirts, para que as crianças circulem livremente por toda a sala.

Pela sala, encontram-se dispostos vários recipientes, contendo tintas de diversas cores e esponjas.

Quando o professor dá ordem, cada uma das crianças terá que se dirigir ao recipiente das tintas, escolher uma cor ao seu agrado e molhar a esponja que acompanha esse recipiente.

Posteriormente, coloca as mãos sobre a esponja e dá um abraço ao colega que estiver mais próximo de si.

Com bastante cuidado e, de forma a sujarem o menos possível as camisolas que trouxeram vestidas de casa, os alunos retiram as T-Shirts e colocam-nas a secar em local previamente organizado pelo professor (por exemplo, uma fila de cadeiras, em redor das paredes da sala, voltadas para as mesmas).

Enquanto as T-Shirts secam, o docente passa excertos de filmes infantis, nos quais seja notória a morte de alguém.

É lançado um debate com os alunos sobre a mensagem transmitida em cada um dos excertos visualizados.

Posto isto e, recorrendo às T-Shirts pintadas anteriormente, é solicitada a cada uma das crianças que escreva uma pequena mensagem de solidariedade para com as crianças que passam pela mesma situação que as representadas nos filmes visualizados.

As T-Shirts ficam em exposição na sala de aula, de modo a que todos tenham acesso à leitura das mensagens.

Para terminar a sessão, é distribuído a cada um dos alunos um cartão em branco.

Neste cartão, é solicitado à criança que escreva uma palavra que a tenha marcado nesta sessão e o coloque na caixa do jogo “Turbilhão de Sentimentos”. Esta palavra deverá ser diferente das já mimadas e contidas na caixa, na sessão anterior.

### **3.º Integração**

Os filmes infantis sugeridos podem ser substituídos por outros que se ache conveniente e que tratem de perdas e morte.

Estes, são fontes muito ricas sobre o assunto para se trabalhar na sala de aula pois como nos mostra Jucá (2007), que avaliou o grau de resiliência de crianças, provenientes de meios desfavorecidos e sendo que algumas já haviam sofrido perdas, com a visualização do filme infantil “Rei Leão”, obtendo como resultado o choro, tristeza, medo e ansiedade de algumas crianças aquando a morte do Rei Leão, figura paterna de importância central no filme.

Nestes casos, pode-se fazer com que os alunos comentem o momento da morte de um dos pais das personagens centrais: que sentimentos o desaparecimento de um parente tão próximo ou querido despertou neles?

É um bom momento para tentar fazer com que as crianças percebam que a morte tem sempre um motivo e não acontece por vontade da pessoa que faleceu.

REGISTO FOTOGRÁFICO DA 2.ª SESSÃO



# **ANEXO 5**

**(3.<sup>a</sup> SESSÃO PEDAGÓGICA)**



### 3.ª SESSÃO PEDAGÓGICA

#### Objetivos:

- ◆ Criar uma ligação entre as crianças, sensibilizando-as para a existência de sentimentos importantes dentro de cada uma delas.
- ◆ Identificar sentimentos, exteriorizando-os através do jogo como forma de sensibilização ao conteúdo do seu interior.
- ◆ Levar a criança a entrar em contacto com o conceito de luto propriamente dito, com os factos e com os sentimentos referentes à morte e ao morrer. Essa vivência em sala de aula tem como intuito: proporcionar uma experiência às crianças, contribuindo para que elas tenham um olhar mais apaziguador com as suas angústias referentes a este tema, comum ao processo de desenvolvimento de todas as crianças.
- ◆ Enfatizar a relevância da comunicação aberta e honesta sobre o tema da morte com a criança, respeitando ao máximo, a sua capacidade emocional e intelectual.
- ◆ Fazer apontamentos de valores humanos e da ética vivenciados na família, na escola e na sociedade.
- ◆ Reconhecer que é importante ter abertura e diálogo, informações e vivências que contribuam para a formação de cidadãos capazes de intervir criticamente na sociedade em que vivem.
- ◆ Levar a criança a: compreender a literatura e a arte como recursos de reflexão sobre a própria realidade; observar e reconhecer a relação entre o texto escrito e a imagem; aprofundar a capacidade interpretativa; expor dúvidas em relação ao que acontece à sua volta, especificamente em situações delicadas que exijam a união; sentir-se incluído, participante dos acontecimentos que envolvem as pessoas que ama; compreender que a saúde integra aspetos físicos, psicológicos e sociais; adotar atitudes de proteção e solidariedade com os que sofrem direta ou indiretamente e valorizar a vida.

#### Material

- ◆ Jogo “Turbilhão de Sentimentos”
- ◆ Fitas de seda de várias cores
- ◆ Cesto
- ◆ Livro de História “Porque é que o avô morreu?”
- ◆ Folhas de papel para a escrita das mensagens

- ◆ Lápis de cor
- ◆ Canetas de cor
- ◆ Molde de uma flor
- ◆ Papel crepe de várias cores
- ◆ Arame
- ◆ Fita aderente de cor verde
- ◆ Tesoura
- ◆ Vaso grande
- ◆ Terra
- ◆ Aventais
- ◆ Toalhetes de limpeza

### **Estratégias / Atividades**

#### **1.º Sensibilização**

A sessão começa com um pequeno diálogo com os alunos como interligação com a sessão anterior. Seguidamente, o docente realiza uma primeira atividade com as crianças, a qual se intitula “Jogo do Laço e Abraço”.

Assim sendo, no centro da sala, estão dispostos um cesto com fitas de seda de várias cores e a caixa do Jogo “Turbilhão de Sentimentos”, utilizada nas sessões anteriores.

O docente reúne os alunos em círculo, à volta do cesto e da caixa.

Começa por explicar em que consiste o jogo que vão realizar, quais são os seus objetivos e regras a ter em conta.

Cada criança, na sua vez, tem a oportunidade de se deslocar à caixa do Jogo “Turbilhão de Sentimentos” e retirar um cartão aleatoriamente, lendo em voz alta a palavra (sentimento) contida no mesmo.

Posteriormente, à palavra (sentimento) que leu, a criança deve associar uma determinada fita de cor contida no cesto, justificando a sua escolha.

Em seguida, essa mesma criança deve ir ao encontro de um dos seus colegas e atar-lhe a fita no pulso, dando um laço – “Laço da Amizade” e um abraço.

Este procedimento repete-se para todas as crianças, sendo que o jogo prossegue, mas com a condição de que o aluno que recebe o laço, será o próximo a realizar a atividade.

Cada criança pode receber um só laço.

A atividade termina quando todas as crianças tiverem no seu pulso uma fita de cor.

## **2.º Concretização**

O docente estabelece um pequeno diálogo com a turma, abordando a visualização dos excertos dos filmes “Rei Leão”, “Bambi” e “Kenai Koda”, da segunda sessão, com o intuito de introduzir o conceito de luto propriamente dito.

De seguida, o professor lê uma história intitulada “Porque é que o avô morreu?”<sup>1</sup>, com o objetivo de criar uma ligação entre a perda sentida quando ocorre a morte de um animal e quando ocorre a morte de uma pessoa.

Pede aos alunos que escrevam uma mensagem / carta de sensibilização / apoio para com os colegas, amigos... que tenham sofrido a perda de alguém querido.

Depois de escrita a mensagem, o professor faz a exploração da mesma com a turma através do diálogo, como forma dos alunos expressarem o que sentem perante a situação retratada na história.

Posteriormente, distribui aos alunos alguns materiais necessários para a realização de uma atividade – através de um molde, construção de uma flor em origami.

Uma vez realizada a atividade, cada aluno partilha com os colegas e com o docente a mensagem escrita anteriormente.

Juntamente com a sua flor e o laço que traz no pulso, planta a mesma no “Jardim dos Laços”. Este jardim consiste num vaso grande com terra, previamente preparado pelo professor e levado para a sala de aula. As crianças “plantam” a flor, com a mensagem escrita agarrada, na terra.

<sup>1</sup>HAZEN, Barbara Shook (1986). *Porque é que o avô morreu?* Porto: Desabrochar.

## **3.º Integração**

A história sugerida “Porque é que o avô morreu?” pode ser substituída por outras que também tratem de perdas e morte.

Existe uma obra que consideramos pertinente para abordar de forma saudável esta temática.

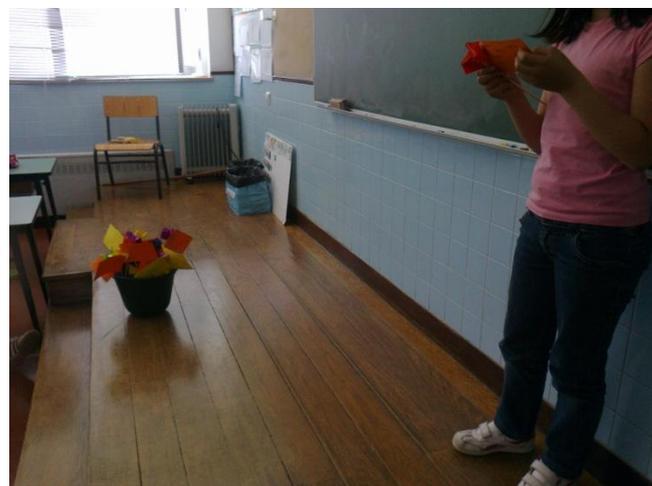
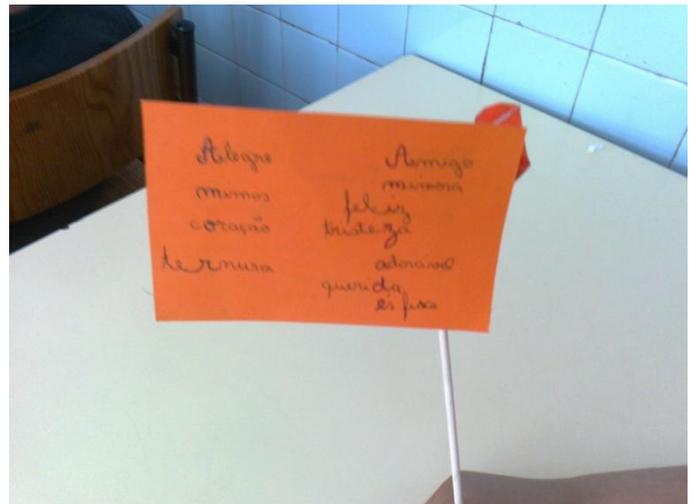
Esta intitula-se “Estar triste não é mau.”<sup>1</sup> e foi escrita pela autora Michaelene Mundy.

Os momentos de tristeza fazem parte do dia-a-dia de quem tem perde alguém que ama. A leitura desta obra ajuda a criança a lidar com a tristeza e com o sentimento de perda.

Através desta obra, poderíamos abordar e refletir um pouco acerca da morte e do luto.

<sup>1</sup>MUNDY, Michaelene (2004). “Estar triste não é mau”. Edições Paulinas.

## REGISTO FOTOGRÁFICO DA 3.ª SESSÃO



# **ANEXO 6**

**(4.<sup>a</sup> SESSÃO PEDAGÓGICA)**



## 4.ª SESSÃO PEDAGÓGICA

### Objetivos:

- ◆ Levar a criança a entrar em contacto com a irreversibilidade da morte.
- ◆ Enfatizar a relevância da comunicação aberta e honesta sobre o tema da morte com a criança, respeitando ao máximo, a sua capacidade emocional e intelectual.
- ◆ Fazer apontamentos de valores humanos e da ética vivenciados na família, na escola e na sociedade.
- ◆ Reconhecer que é importante ter abertura e diálogo, informações e vivências que contribuam para a formação de cidadãos capazes de intervir criticamente na sociedade em que vivem.

### Material:

- ◆ História “A vida da libelinha”
- ◆ Papel de cavaleiro
- ◆ Lápis de cor
- ◆ Balões
- ◆ Cartões em branco
- ◆ Vendas para os olhos

### Estratégias / Atividades

#### 1.º Sensibilização

O docente dá início à sessão pedindo a colaboração dos alunos para organizarem o espaço da sala de aula de modo a que no centro da mesma haja espaço livre para se circular.

De seguida, o docente passa à explicação de um jogo que se intitula “Botões de controlo”. Este tem como objetivo principal estabelecer a confiança. Um vez que para a realização do jogo serão necessários pares, a confiança a estabelecer será não só entre pares, mas entre estes e os restantes.

Por sorteio, serão então formados pares de alunos, sendo que um dos elementos do par fará de comandante e o outro de comandado, estando este de olhos vendados.

O comandante posiciona-se então atrás do colega que vai comandar e as instruções são dadas através do toque nos “botões de controlo”, imaginários, que se encontram nas costas do elemento

que recebe o comando. A instrução de virar à direita far-se-á tocando no botão da direita, a instrução de virar à esquerda far-se-á tocando no botão da esquerda e se o comandante quiser que o seu par siga em frente terá de tocar no botão do meio.

O elemento que comanda em cada par deverá ter atenção para que não haja colisões entre colegas.

## **2.º Concretização**

Seguidamente, o docente estabelece um diálogo com os seus alunos de modo a interligar esta sessão com a anterior.

Uma vez que o tema principal a abordar nesta sessão é a irreversibilidade da morte, o docente começa por ler à turma a história da libelinha<sup>1</sup>.

É uma história bem simples mas que é tão rica em conteúdo. Ela retrata a morte de uma libelinha enquanto larva/lagarta, para se transformar numa libelinha da maneira como as conhecemos e na irreversibilidade desse facto.

Pretende-se com esta história mostrar às crianças que a morte é um acontecimento sem retorno. Quem morre não volta, nem tão pouco pode dar a conhecer, a quem fica, o que acontece após a morte.

Após a leitura da história, o docente explora-a de modo a sensibilizar os alunos para esta questão. O professor será sensível e deve respeitar as opiniões dos alunos, nomeadamente, se a sua religião os faz crentes na ressurreição/reencarnação, no entanto, dá-se ênfase ao facto de que a vida tal como a conhecemos deixa de existir.

Após a exploração oral da história pede-se aos alunos que façam a ilustração da mesma, realçando os aspetos que mais os sensibilizou.

As ilustrações são feitas com lápis de cor e em folhas A4, de papel de cavalinho.

Segundo Ferreira (2002), é frequente uma criança ultrapassar a inibição verbal comunicando pelo desenho, onde expressa o seu conflito latente. Desenhar é uma atividade espontânea da criança.

Para Didier (2004), o desenho é antes de mais uma gestualidade e é acompanhado do prazer do movimento. Revela depois uma forma como que por magia e torna-se expressão visual do que é sentido pela criança.

Num placar reservado para o efeito serão expostos os desenhos de cada aluno de modo a que outras pessoas tenham acesso.

Como forma de finalização da sessão, o docente, após ter providenciado o enchimento de balões pede a cada aluno que escreva, num cartão reservado para o efeito, uma palavra que considere relevante, uma “palavra-chave” que esteja relacionada com o conteúdo de todas as sessões trabalhadas até ao momento.

Após todos os alunos terem escrito no cartão a palavra-chave que melhor traduziu os sentimentos que têm vivido ao longo das sessões, são então atados aos balões, que posteriormente são oferecidos a outras crianças no recreio da escola.

Com a doação dos balões pretendemos reforçar a ideia de que a sua partida sem retorno se assemelha ao facto da morte ser também uma partida sem retorno.

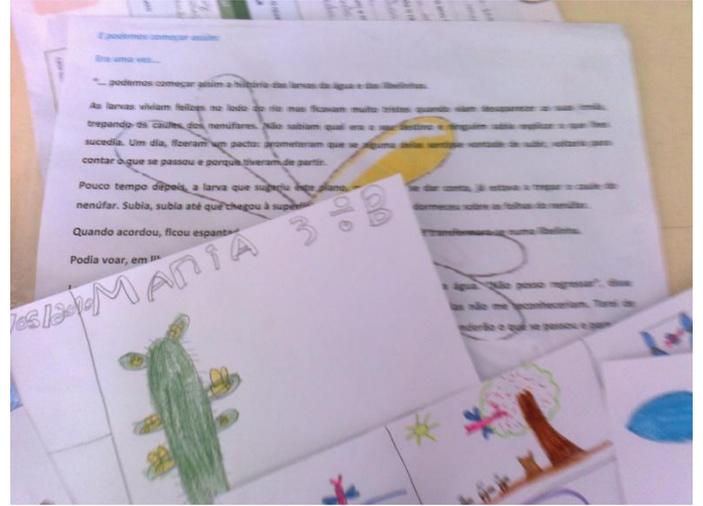
### **3.º Integração**

Esta história sugerida pode ser substituída por outra que o docente ache conveniente e que trate da irreversibilidade da morte.

As histórias sobre o assunto são sempre fontes muito ricas para se trabalhar na sala de aula.

<sup>1</sup> Esta história encontra-se no Manual para Educadores que faz parte deste Projeto de Mestrado.

## REGISTO FOTOGRÁFICO DA 4.ª SESSÃO



# **ANEXO 7**

**(5.<sup>a</sup> SESSÃO PEDAGÓGICA)**



## 5.ª SESSÃO PEDAGÓGICA

### Objetivos:

- ◆ Levar a criança a contactar com o processo de luto, com os factos e com os sentimentos referentes à morte e ao morrer. Essa vivência em sala de aula tem como intuito proporcionar uma experiência às crianças, contribuindo para que elas tenham um olhar mais apaziguador com as suas angústias referentes a este tema, comum ao processo de desenvolvimento de todas as crianças.
- ◆ Enfatizar a relevância da comunicação aberta e honesta sobre o tema da morte com a criança, respeitando ao máximo, a sua capacidade emocional e intelectual.
- ◆ Identificar sentimentos, exteriorizando-os através do jogo como forma de sensibilização ao conteúdo do seu interior.
- ◆ Fazer apontamentos de valores humanos e da ética vivenciados na família, na escola e na sociedade.
- ◆ Reconhecer que é importante ter abertura e diálogo, informações e vivências que contribuam para a formação de cidadãos capazes de intervir criticamente na sociedade em que vivem.
- ◆ Proporcionar à criança jogos lúdico – didáticos que a levem a um contacto mais prático com o tema do luto, com a morte e todos os sentimentos, dúvidas e angústias que a rodeiam.
- ◆ Fomentar o divertimento e o conhecimento.
- ◆ Fazer perceber que a morte é algo de irreversível e que está sempre presente, umas vezes perto, outras longe.
- ◆ Promover a capacidade de expressar valores, sentimentos e emoções através da interação com os outros.
- ◆ Promover a aprendizagem da aceitação da morte como fazendo parte do ciclo da vida e da existência de cada um.
- ◆ Reconhecer que o luto é vivido de diferentes maneiras por diferentes povos, em diferentes religiões, em diferentes costumes e tradições.

### Material:

- ◆ Tabuleiros/Recipientes
- ◆ Areia
- ◆ 1 Caixa sem qualquer divisão
- ◆ 1 Tabuleiro de Jogo – Um Arco-íris
- ◆ 1 Dado

- ◆ Cartões:
  - 10 Cartões de mímica;
  - 25 Cartões de perguntas;
  - 5 Cartões de jogos/Atividades;
  - 10 Cartões de desenho;
  - 5 Cartões de Perigo;
- ◆ 1 Manual de instruções
- ◆ 5 Pinos em forma de mão
- ◆ Brindes para cada atividade realizada corretamente
- ◆ Diplomas de participação

## **Estratégias / Atividades**

### **1.º Sensibilização**

O docente dá início à sessão pedindo aos alunos para se sentarem no chão, em círculo.

Seguidamente, o professor estabelece um diálogo com os seus alunos de modo a interligar esta sessão com a anterior.

De seguida, passa à explicação de um jogo, o qual se intitula “Mãos na Areia”. Este, tem como objetivo principal fazer com que cada uma das crianças expresse o que está a sentir naquele momento, recorrendo para isso à expressão plástica/desenho.

O professor entrega aos alunos um tabuleiro que contém areia fina e pede a cada um que, com as suas mãos desenhe na areia o que sentiu ao longo de todas aquelas sessões de trabalho.

Após todas as crianças terminarem os seus desenhos nos tabuleiros de areia, colocam-nos em descanso e um de cada vez explica, aos colegas e ao docente, o que desenhou e porquê.

A realização deste jogo possibilita ao educador saber como é que cada um dos seus alunos viveu o trabalho do luto na sala de aula, ao longo de todas as sessões lúdico – pedagógicas e ainda permite perceber se houve uma evolução ao nível do controlo de sentimentos, de expressão dos mesmos e até da capacidade de dialogar sobre o assunto, não o tornando tabu nem tendo vergonha de se manifestar.

### **2.º Concretização**

Após terminar a primeira a atividade, o docente faz um pequeno resumo de tudo o que vem sendo trabalhado ao longo de todas as sessões lúdico – pedagógicas.

Posteriormente, coloca os alunos em círculo e procede à divisão da turma em grupos.

Após ter os grupos delimitados, o docente explica a atividade a realizar seguidamente – Jogo “O Arco – íris da Vida”<sup>1</sup>.

O professor coloca então o tabuleiro de jogo no centro do círculo e entrega a cada grupo um pin de jogo em forma de mão, pin esse que vai permitir a deslocação de cada grupo no tabuleiro de jogo.

Seguidamente, este descreve aos alunos algumas das regras de jogo e alguns dos objetivos do mesmo.

O jogo consiste então num tabuleiro em forma de arco – íris, sendo que nele estão representadas algumas casas de mímica, de desenho, de pergunta e de perigo. Existe também um manual de instruções que permite o seguimento atento de quem o joga.

Para terminar a sessão, é lançado um debate com os alunos sobre a mensagem transmitida pelo jogo lúdico e em todas as sessões de trabalho com as crianças. Estas avaliam, de certa forma, a organização de todas as Atividades das sessões.

Finalmente, são entregues às crianças, diplomas de participação nas sessões pedagógico – didáticas.

### **3.º Integração**

O Jogo “O Arco – Íris da Vida” pode ser substituído por outros que o docente ache convenientes e que tratem de perdas e morte.

Estes jogos são de facto, fontes pedagógicas e lúdicas muito ricas para se trabalhar na sala de aula.

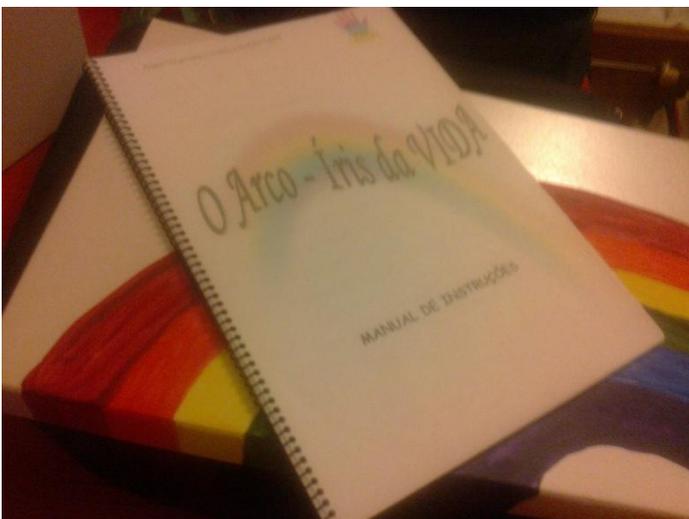
Nestes casos, pode-se fazer com que os alunos apreendam coisas novas, expressem os seus sentimentos, opiniões, falem abertamente do tema, dialoguem com espírito crítico, tudo isto de uma forma lúdica e até divertida.

É um bom momento para tentar fazer com que as crianças percebam que o luto tem que ser trabalhado e que este tema não é diferente dos outros, pois pode também ser tratado sob a forma de jogo interativo.

Bowlby (1982, 1993), conhecido por articular os pressupostos da etologia e da psicanálise em sua teoria do vínculo, afirma que a criança manifesta o luto como resposta à quebra de um vínculo afetivo. Para este autor, o vínculo tem um valor de sobrevivência, de sorte que a perda da figura de vínculo é percebida como desamparo, podendo desencadear uma forte ansiedade de separação e inclusive o pânico. Convém lembrar que a psicanálise, através do trabalho com crianças, mostrou que estas sofrem o luto, e mesmo que ainda não consigam verbalizar, em razão de seu nível de desenvolvimento cognitivo, já são capazes de perceber o que acontece à sua volta, inclusive a morte. Esta percepção pode mostrar-se simbolicamente através de Atividades expressivas como o jogo e o desenho (Aberastury, 1984).

<sup>1</sup> Jogo “O Arco – Íris da Vida” – o manual de instruções encontrar-se-á na maleta pedagógica.

## REGISTO FOTOGRÁFICO DA 5.ª SESSÃO



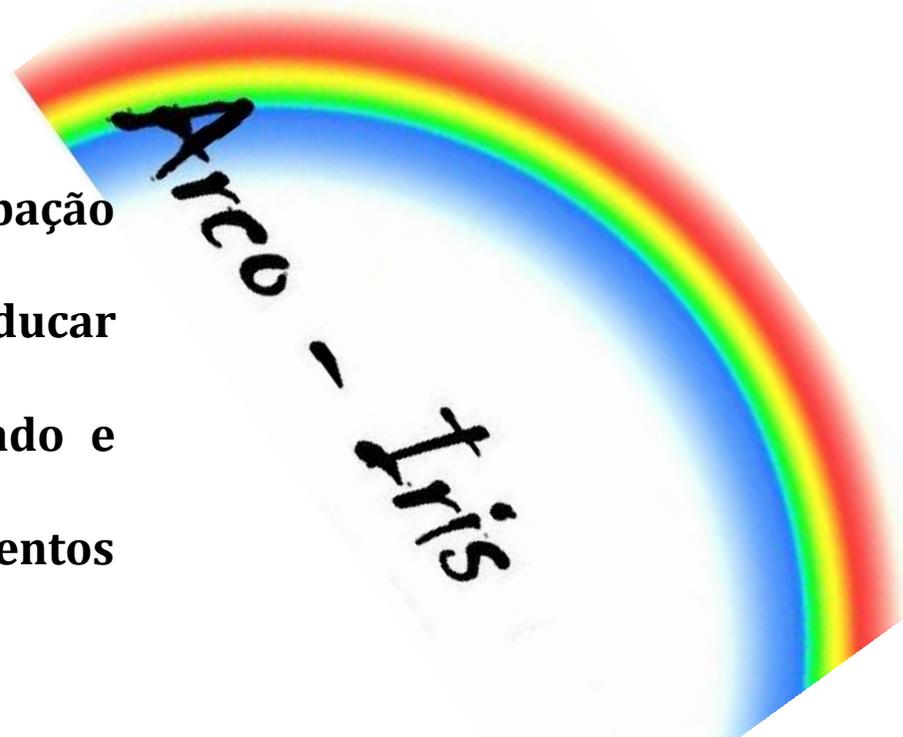
# **DIPLOMA**

---

**Parabéns pela tua excelente participação  
no Projeto “O Luto como o vivemos: Educar  
para a perda” e por teres colaborado e  
aprendido a lidar com os teus sentimentos  
e emoções!**

---

**Junho de 2012**



# **ANEXO 8**

**(MANUAL PARA EDUCADORES)**



