

GUIA PER GESTIONAR LA MORT I EL DOL



“El nen que viu amb la veritat és capaç d’afrontar la vida”

(El nen i la mort, de Montse Esquerda i Anna Agustí)

ÍNDEX

	Pàgina
1. Presentació.....	4
2. Introducció.....	5
3. Què és el dol?.....	7
4. Com donar la notícia?.....	9
5. L'acompanyament al nen.....	11
6. Indicacions i aspectes claus segons les edats:.....	13
6.1. Nadó (0-2 anys).....	13
6.2. Nen/a petit (2-5 anys).....	14
6.3. Nen (6-12 anys).....	16
7. Com fer front a certes especificitats?.....	18
8. Els rituals de comiat i l'espiritualitat.....	21
9. Recursos didàctics.....	23
10. Bibliografia.....	25

1. PRESENTACIÓ

Aquesta guia neix fruit del treball d'anàlisi i aprofundiment dels membres de l'Espai de Reflexió Ètica (a partir d'ara l'anomenarem ERESS) del Centre Residencial d'Acció Educativa (CRAE) Llar Nova Esperança. Arrel d'un cas real que va succeir al nostre centre, un infant de 5 anys que havia de fer front a la malaltia i la posterior defunció de la seva mare, des de l'equip educatiu ens varem plantejar si havíem actuat bé davant la situació. Per aquest motiu i des de l'ERESS, vam decidir aprofundir en l'anàlisi de com tractar el tema de la mort i el dol amb els infants.

El CRAE Llar Nova Esperança atén a infants tutelats per la Direcció General d'Atenció a la Infància i l'Adolescència (DGAIA) de la Generalitat de Catalunya d'entre 0 i 8 anys que es troben en situació de desemparament, oferint-los una llar on ells mateixos puguin realitzar-se en un ambient de caliu familiar i rebre l'educació necessària tant a nivell físic, cultural com psicoafectiu. Els nostres valors són la professionalitat, el compromís, la qualitat, la participació, la transparència i la responsabilitat.

El nostre ERESS es va constituir l'11 d'abril de 2013 i està format per un grup multidisciplinar de set professionals del CRAE (psicòloga, educadores socials i integradora social). L'objectiu d'aquest és promoure la sensibilització i la formació en valors ètics, així com fomentar i difondre bones pràctiques professionals. En aquest espai establim un calendari de reunions mensuals on s'estableix una dinàmica de reflexió i discussió entorn al dilema escollit. Per la constitució i l'assessorament d'aquest procés vàrem comptar amb la presència de la doctora Begoña Roman.

2. INTRODUCCIÓ

Tot i que l'ésser humà és l'únic animal que té la certesa de la mort, la societat actual tendeix a amagar-la, ignorar-la i rebutjar-la, ja que és obrir una porta al dolor i al que és desconegut. Avui dia ens movem en un entorn de culte al cos, de falsa seguretat basada en els progressos científics que ens fan creure que podem oblidar-nos de la mort, sense veure que el fet de conèixer i reflexionar sobre aquesta ens fa viure amb més responsabilitat i plenitud. La mort més que com el final de la vida, hauria de ser entesa com el tancament d'un procés que s'ha anat desenvolupant al llarg de la vida.

Com pensava l'Elisabeth Kübler-Ross (1999), quan se'ns acostava el moment de la mort o quan travessem una situació de dol, hem de promoure un canvi d'actituds, considerar-nos finits i establir relació amb el jo més profund. Aquestes eines ens ajuden a superar una situació, però no per això deixa de ser dolorosa.

Com parlar de la mort als nens/es?

La idea de la mort és complexa, no només per als nens sinó també pels adults. Requereix de mecanismes molt elaborats d'interiorització i abstracció, així com una forta càrrega emocional. A la societat occidental es dóna la paradoxa que per una banda es creu que la mort és un tema que s'ha d'evitar parlar amb els nens amb la idea de protegir-los, mentre que a través de notícies i pel·lícules reben un missatge totalment contrari, on poden arribar a creure que la mort és quelcom que no té importància, on no hi ha intimitat ni sentiments i que s'associa exageradament a la violència.

La idea de la mort no és fàcil de situar cognitivament pels nens i pateix una evolució al llarg del seu procés de maduració. L'entorn influeix decisivament en aquest procés. Tal i com diu Arnaldo Pangrazzi (1993), el nen que viu amb la veritat és capaç d'afrontar la vida i és capaç d'ubicar mentalment la idea de la mort. Tot i que això no resol el moment de dol, de consciència de la separació, sí el protegeix de la desesperança i la desolació.

La manera més adient per parlar de la mort amb els nens és aprofitar les seves preguntes, ja siguin fruit de la curiositat o d'un esdeveniment real. S'ha de fer servir un llenguatge entenedor al seu nivell, dient sempre la veritat però tenint en compte el seu punt de maduració i la seva capacitat d'assimilació. S'han d'evitar expressions comuns que maquillen la realitat, ja que aquestes poden provocar-li uns neguits i angoixes afegits amb el pas del temps.

És molt important observar el seu joc i els seus sentiments per poder discernir com arriben a les preguntes, què senten i quines idees preconcebudes tenen. No cal respondre a preguntes per les que ni tan sols nosaltres tenim respostes. Els nens han d'aprendre que poden expressar els seus sentiments i les seves pors i han de veure que nosaltres no reprimim les nostres. La realitat és que no tenim respostes per tot i que el fet de plantejar-nos les preguntes ja ens ajuda.

3. QUÈ ÉS EL DOL?

El dol és un procés emocional que es produeix després d'una pèrdua. Les pèrdues poden ser:

- **físiques**, de salut greu o lleu,
- **mentals**, pèrdua d'intel·ligència o memòria,
- **socials**, pèrdua de feina o vincles afectius,
- **emocionals**, en relació a la vessant psíquica i sentimental,
- **espirituals**, que té a veure amb la pèrdua d'esperances o d'il·lusió en el futur.

Totes les pèrdues produeixen un dolor que pot ser més o menys intens depenent de la significació que té la mancança per la persona que la pateix. Aquest procés d'elaboració del dolor implica tres requisits essencials. El primer requisit és el **temps**, per ser conscients de la pèrdua. El segon, són els **rituals** que ajuden al comiat i a classificar les noves realitats. Mentre que el darrer passa pel procés psicològic del treball de les **emocions** i l'acceptació d'aquestes.

Elisabet Kübler-Ross (1989) ens parla de cinc fases del dol que porten a la superació de la situació. La primera fase que ens descriu és la de xoc, on hi ha una dificultat d'entendre allò que ha passat. Després d'aquesta fase d'incapacitat de connectar amb la realitat apareix la ràbia, on la persona que pateix el dol està susceptible i neguitosa. A continuació, esdevé l'anomenada negociació, on apareix la fabricació de promeses i plans a complir. La quarta fase és la de tristor, que en ocasions pot arribar a la depressió. Finalment, arribem a la etapa d'acceptació, tot i que amb la consciència de que mai res tornarà a ser com abans.

Per la seva banda, J. William Worden (1997) fa diverses propostes per reprendre la vida una vegada s'ha acceptat la realitat de la pèrdua. Entre elles cal destacar, a part treballar les emocions i el dolor, l'adaptació al mitjà on el difunt és absent, desenvolupant tasques que habitualment feia, així com continuar vivint, creant nous projectes i noves relacions.

El nen davant la pèrdua d'un ésser estimat

Tot i que l'infant mostra una reacció similar a la de l'adult, ho manifesta d'una manera més variada i normalment més dilatada en el temps. A part de les reaccions emocionals bàsiques com poden ser la tristor, la ràbia, la ansietat o la culpa, sovint es detecten alteracions de

comportament, angoixes, falta d'atenció, etc. Cal tenir en compte que el nen no té plenament desenvolupada la seva capacitat verbal, fet que dificulta l'expressió i la comprensió dels seus propis sentiments. Hi ha situacions que poden semblar contradictòries i que de vegades són mal enteses, com el fet que pugui ser capaç de jugar o riure enmig del procés de dol. Cal recordar que els nens viuen el present de manera diferent als adults, pel que tot i que sembli que no són conscients i no s'adonen de la situació, sí que ho són i la pateixen a la seva manera.

Tal i com descriuen Esquerda i Agustí (2010), l'infant viu el desenllaç d'una vida atenent als següents factors:

- El concepte que ha elaborat de la mort: si disposa d'una estructura mental idònia podrà situar l'experiència de la mort i la pèrdua.
- El tipus de pèrdua i el vincle afectiu amb la persona que ha perdut: la seva vulnerabilitat augmenta quan la pèrdua es produeix abans del cinc anys o en la primera adolescència. També quan perden el progenitor de seu mateix sexe. Altres factor que agreugen la vulnerabilitat són el fet de no haver tingut bona relació amb la persona perduda, mala relació amb l'entorn més proper i sobretot quan la pèrdua és inesperada i sense preparació prèvia.
- Segons els mecanismes d'expressió del dol del seu entorn: de vegades al dol s'afegeix la pèrdua de l'estructura familiar. És molt important que hi hagin mecanismes de família que permetin que el nen pugui expressar els seus sentiments i passar les diferents etapes del dol. És molt important que no hi hagin reaccions extremes al seu entorn ni en l'organització d'aquest que el puguin influenciar negativament.
- Segons la seva edat, manera de ser i el seu procés maduratiu: el procés de dol varia segons el seu desenvolupament i reclama pautes diferents en cada etapa. A més, el fet de conèixer el temperament del nen ens ajudarà a canalitzar els seus sentiments i deixar que els expressi.

4. COM DONAR LA NOTÍCIA?

Quan arriba el moment de comunicar a l'infant una notícia com aquesta, cal tenir els següents aspectes:

- **QUI** ha de donar la notícia?
 - La persona transmissora ha de ser algú proper, preferiblement els pares.
- **QUAN** li hem de dir?
 - S'hauria de transmetre el més aviat possible.
- **ON?**
 - Cal buscar un espai tranquil i familiar.
- **COM?**
 - Amb el contacte físic adient a les necessitats i al tarannà del nen, procurant que sigui delicat i acollidor.
 - El discurs ha de ser directe, però el podem començar amb frases com *"t'he de donar una notícia..."* o *"ha passat una cosa molt trista..."*. Hem de ser clars i no centrar-nos en els detalls.
 - Cal parlar a poc a poc per a que ho entengui millor, cuidant el to de veu.
 - El vocabulari ha de ser adequat al nivell de comprensió del nen/a. Hem d'evitar els eufemismes i les frases fetes per a que no es facin una idea errònia a través de la seva imaginació. També és molt important pronunciar la paraula *"mort"* i no intentar amagar-la amb expressions com *"ens ha deixat"* o *"ja no hi és"*.

Una vegada li hem explicat a l'infant tot el que ha succeït, cal treballar aspectes com:

- Permetre que expressi i comparteixi els seus sentiments, estant sempre atents per acompanyar i acollir al nen en el seu dolor. L'adult per la seva banda ha de deixar clar que és una situació difícil i trista també per a ell.
- Escoltar i respondre a tots els dubtes, preguntes i pors que puguin sorgir.

- Explicar al nen que la persona que ha mort no tornarà però que sempre l'ha podrà dur dins del seu cor.
- Assegurar-se que el nen no es sent culpable.
- Parlar de les diferents creences religioses que existeixen sobre la mort des d' un punt de vista espiritual, oferint un missatge entenedor.
- Transmetre al nen tranquil·litat i seguretat vers el futur, evitant en tot moment que es pugui sentir desemparat.

5. L'ACOMPANYAMENT AL NEN

L'acompanyament té un paper fonamental a l'hora d'ajudar al nen a que elabori de forma sana o no el seu procés de dol, com un factor que determinarà la seva vulnerabilitat. El paper de l'acompanyant no és altre que estar atent al que diu i fa l'infant. No tan sols es tracta de parlar amb ell, sinó també d'estar al seu costat i comprendre'l.

Worden (1996) diferencia tres nivells d'intervenció en nens amb dol:

1. Una intervenció mínima quan es tracta d'infants amb manifestacions proporcionades i famílies contenedores.
2. Una intervenció planificada i acurada en nens que expressen certes dificultats o amb famílies amb pocs mecanismes de contenció.
3. Una intervenció professional en infants amb alt risc i vulnerabilitat.

Per tal de facilitar aquest procés, a continuació destaquem quins factors ens poden ajudar a reduir la vulnerabilitat i quins d'ells ens el poden dificultar.

Factors que ajuden a l'elaboració del dol:

- Mantenir la comunicació familiar o en el nostre cas, amb tots els professionals i personal del centre. En aquest aspecte és molt important unificar criteris entre els diferents membres per transmetre una visió espiritual compartida.
- No menystenir les rutines i l'ordre establert existents abans de la mort de l'ésser estimat.
- Estimular al nen pera que faci preguntes i respondre a aquestes amb sinceritat. Cal recordar que tot el que diem ha de ser cert tot i que no es digui tota la veritat.
- Compartir els sentiments de l'adult amb els de l'infant, a la vegada que cal facilitar-li que ell expressi els seus.¹ Oferir-li el temps necessari.

¹ Hem de recordar que l'adult és un model pel nen respecte de com haurem d'expressar la tristesa. La manera de patir està influenciada per aquells que romanen més a prop, així com també per els factors i les circumstàncies que envolten la mort, la relació amb la persona morta, el seu nivell de desenvolupament, el seu temperament i el que observen dels qui els envolta.

- Tenir una bona relació amb el difunt abans de la pèrdua.
- Preparar als nens per al que succeirà durant els primers dies posteriors a la mort. Hem de permetre que sigui el nen el que triï fins a quin punt vol participar als rituals i altres activitats. Aquest fet els ajudarà a elaborar, a tancar i a situar mentalment el procés.

Factors que dificulten l'elaboració del dol:

- Morts sobtades o en circumstàncies traumàtiques on no hi ha pogut haver cap tipus de preparació. També en el cas de malalties llargues i angoixants on la família ha estat immersa a un estrés constant.
- Alteracions conductuals anteriors a la pèrdua.
- Funcionaments familiars problemàtics: negació de la situació, evitació, manca d'expressions de sentiments vers al nen, consumidors d'alcohol o altres tòxics... Així com el contrari, la sobreprotecció.
- Mal reajustament familiar i molt canvis associats a la pèrdua: domicili, horaris, amics, escola...

6. INDICACIONS I ASPECTES CLAUSS SEGONS LES EDATS

Com entenen la mort els nens/es?

El nivell de comprensió de la mort depèn de l'etapa evolutiva en que es trobi l'infant, pel que la seva maduració cognitiva serà determinant. Sense un desenvolupament cognitiu previ adient, el nen no podrà entendre la globalitat del concepte.

Per poder dotar de significat el terme, ha de poder entendre les següents nocions inherents al concepte de la mort:

- Irreversibilitat i permanència: entenent-la com allò que no té marxa enrere, que no es pot canviar i que és definitiu. Aquest concepte s'integra a prop dels 9-10 anys ja que es quan el nen pot distingir perfectament entre passat-present-futur.
- Universalitat: La mort arriba a tothom. Aquest concepte tant abstracte no s'acaba d'assimilar fins que el nen no arriba també als 10 anys aproximadament. Abans nega la seva universalitat.
- Inevitabilitat: La mort és un fet que succeeix a tothom, fins i tot a un mateix. Aquesta noció, tampoc s'acaba de comprendre fins ben arribat als 7-8 anys.
- No funcionalitat: El cos atura el seu moviment per sempre i amb allò també les funcions corporals.

A continuació, es detalla la comprensió de la mort en funció de cada etapa i la forma d'expressar la seva reacció en cada una d'elles. Cal recordar però que la individualitat de cada infant serà la que determinarà l'evolució del seu propi procés de dol.

6.1. El nadó (0-2 anys)

En aquesta edat els nens no perceben la mort com a tal, ja que no comprenen el seu significat. Ells ho viuen com una pèrdua d'una part d'ells mateixos, la qual cosa els crea inseguretat.

Aquesta pèrdua es manifesta ràpidament amb símptomes com:

- Exigències, ploriquejar o excitabilitat.
- Insomni i/o malsons.

- Avorriment i/o desgana.

La persistència d'aquest estat va lligat a la força del vincle que hi havia amb el difunt, però l'aparició de figures que cuidin del nen fa es vagin atenuant els símptomes.

Quan són tant petits, l'adult ha de tenir en compte que:

- Si la pèrdua de la mare es pot preveure, cal anticipar-se i oferir més espais de contacte entre el nounat i la nova figura vetlladora per establir un vincle compartit amb la progenitora.
- Respectar els períodes de descans de la figura vetlladora. En aquest sentit el suport de la família és primordial per alleugerir la càrrega emocional i per reduir les tasques que comporten la llar i la cura de l'infant.

Les eines més adients en aquesta curta edat són bàsicament:

- Les mostres d'afectivitat que puguem oferir al nadó ja sigui a través de moixaines, carícies, etc.
- La constància de l'ambient a nivell de pautes i rutines.

6.2. El nen/a petit (2-5 anys)

Durant aquest període, l'infant ha assolit el desenvolupament del llenguatge i una cognició cada vegada més estructurada, tot i que el seu pensament encara és concret i literal, així com màgic i egocèntric. El seu concepte del temps és circular i cíclic, basat en la repetició de rutines, el que aporta al nen la seguretat necessària per continuar avançant.

Aquestes característiques determinen la seva concepció de la mort com un fet reversible i temporal que forma part d'un cicle, d'aquí que ens pugui preguntar "*quan tornarà?*". Encara no reconeix la universalitat del fet i ho acostuma a associar a causes externes. També pot identificar-ho amb altres estats naturals o situacions com pot ser un viatge o la son, per això hem d'eludir expressions com "*se n'ha anat*" que el poden confondre encara més. L'infant sol emprar de forma espontània la paraula mort i per ell no necessàriament va unida a sentiments negatius.

Les reaccions de l'infant en aquesta etapa són molt diverses:

- Pot haver una manca de reacció ja que li costa assimilar la notícia i no és capaç d'entendre l'abast que suposa.
- La seva capacitat de fragmentació permet que pugui estar jugant tranquil·lament durant llargues estones i combinar-ho amb períodes de desesperació. En aquest cas, hem d'entendre el joc com un mecanisme de protecció.
- Esdevenen regressions i pèrdues d'autonomies ja assolides com el control d'esfínters, fer-se la pipa, etc.
- Apareix l'ansietat per separació.
- Cal parar atenció al joc o a la narració espontània d'històries ja que a través d'elles podem conèixer quines són les seves pors i angoixes.

Davant aquesta casuística, el discurs que elabori l'adult hauria de fonamentar-se en:

- explicar la mort com una absència de funcions bàsiques i de sentit, diferenciant-ho de la son.
- si es tracta d'una mort com a conseqüència d'una malaltia, haurem de distingir entre les malalties greus que no es curen i les malalties comuns.
- si hem d'esmentar on anem després de morir, podem recórrer a una explicació d'Esquerda i Agustí (2010) que no empra arguments religiosos, i és dir *“al lloc on ens sentirem estimats mil vegades més de com ens estimen els pare, però que cadascú té el seu moment per anar-hi”*.

Els recursos més adients per aquesta edat són:

- fer servir algun objecte que recordi al difunt el pot ajudar a apaivagar l'angoixa en un moment determinat.
- aquells contes que parlin de la pèrdua i de la incondicionalitat i la persistència de l'amor, detallats als recursos didàctics.
- Pel·lícules com *Bambi*, *El rei lleó* o *Up*.

6.3. El nen/a (6-12 anys)

El nen és permeable a la comprensió i el raonament de conceptes més elaborats i realistes, com ara, la noció d'espai- temps, causa- efecte, la vida dels cos, les relacions socials... Fet que evoca al plantejament de noves qüestions respecte la mort i a l'aparició de la por a la mort d'un mateix i dels seus progenitors. Per tant, les preguntes que ens formuli seran cada vegada més complexes i amb un caire emocional i afectiu. Tot i que continuen presentant certes limitacions de comprensió, i malgrat que la mort pugui ser personificada, poden començar a percebre-la com un fet irreversible, universal i permanent.

En aquesta etapa el nen manifesta un ventall de formes d'expressar-se més definit, però també més ampli i necessitarà l'ajuda de l'adult per a que li expliqui el què passa, sense mentides, però amb tendresa. Hem de tenir present que aquestes emocions es podran manifestar de forma molt diversa:

- En quatre estats emocionals principals: tristesa, ansietat, culpa i ràbia.
- Fent regressions com tornar a fer-se pipi, a xuclar-se el dit...
- L'ansietat es manifesta en forma de preocupacions excessives pel futur, que li passi alguna cosa dolenta algun familiar...
- Aparició del sentiment de culpa a través de retrets basats en coses fetes o no i en paraules no dites.
- La ràbia i trastorns del comportament es manifesten força sovint, sobretot en nois, amb un enuig contant, explosions de còlera...
- Alteracions del rendiment escolar: dificultats d'atenció i concentració.
- Hiperresponsabilització: cal estar atents a la tendència de substituir la persona perduda assumint massa responsabilitats.
- Les principals manifestacions psicossomàtiques que podem detectar són mal de cap, de panxa, marejos, esgotament...

Si l'adult ha d'explicar la mort al nen, ha de tenir en conte que:

- Les respostes han de ser verídiques però no desesperançadores.

- Les explicacions han de ser formals ja que el nen s'interessarà per les causes i per saber exactament què ha passat.
- Les creences religioses sempre que siguin aptes per ser compreses i no obeeixin a estratègies artificials per explicar la mort, també en són aprofitables.

Els recursos més adients per aquesta edat són:

- 🐛 Fer servir exemples que ens proporciona la natura i el nostre entorn proper, com per exemple la metamorfosi de l'eruga en papallona, els canvis d'estació o bé les flors de temporada.
- 📖 Contes com *El llibre del desfici* o *El petit príncep* ens poden a trobar exemples o símilis per explicar situacions difícils com aquesta i ens ajuden a parlar de sentiments i de les coses que no es poden veure amb els ulls. També són molt útils les sagues com *Les cròniques de Nàrnia* o *Harry Potter* ja que ens ofereixen aproximacions a la mort i les diverses reaccions que podem trobar en els personatges.
- 🎬 Pel·lícules com *La meva noia*.

7. COM FER FRONT A CERTES ESPECIFICITATS?

Sovint les circumstàncies que acompanyen la pèrdua de l'altre són ben diferents en funció de l'edat, el tipus de vincle establert o la casuística que acompanya aquest fet. Davant d'aquestes particularitats, a continuació es detallen algunes recomanacions per tractar els diferents tipus de defuncions o esdeveniments que podem trobar:

- Mort d'un membre del nucli familiar (mare, pare o germà):

La particularitat d'aquest fet acostuma a modificar l'estructura familiar tant necessària per oferir seguretat a l'infant. A més, l'ansietat que pugui experimentar algun dels dos progenitors també la rep el nen, essent aquesta motiu per noves pors i preocupacions, com pot ser el fet de plantejar-se si la mort arribarà també a l'altre membre que queda viu.

Davant d'aquesta situació és molt important que el progenitor mantingui la força necessària per mantenir l'ordre familiar establert i donar suport emocional a l'infant. Hem de tenir en compte que quant més fort sigui l'adult, més fàcil serà l'elaboració del dol per part del nen.

També els tranquil·litza molt saber qui es farà càrrec d'ells si algun dia falten algun dels progenitors o com haurien d'actuar en cas d'emergència.

La participació dels infants en el ritual de comiat és especialment necessària en aquest cas per rebre tot el caliu familiar necessari i per ajudar-lo a entendre el que està passant. A partir d'aquests podem fer servir objectes que el nen identifiqui amb el difunt i així no sentir-se tant buit emocionalment.

- Mort d'un avi/a:

Aquesta sol ser una de les primeres experiències dels nens amb la mort. Cal explicar-la com un fet natural causat pel desgast del cos després de tants anys en funcionament. En aquestes situacions és normal que s'interessin per l'edat de les persones més properes a ells per la por a experimentar una nova pèrdua. Davant això cal tranquil·litzar-los deixant clar que la mort dels progenitors no serà immediata però recordant la universalitat d'aquesta.

- Mort d'un nadó:

Tot i que aquest fet és molt difícil d'entendre, explicar i assimilar, hem de treballar-ho de la mateixa manera que si hagués mort una persona amb edat més avançada. Els consells que més

ens poden ajudar en aquest cas és posar un nom al nadó i elaborar un recull de records (ecografies, robeta, xumet...) per evitar que es produeixi una negació de la seva existència i consegüentment un dol patològic.

- Mort d'un amic o company:

En aquests casos, l'escola o la institució que albergava aquesta relació d'amistat té un paper fonamental en la gestió d'aquest procés d'elaboració del dol. Existeixen molts dossiers temàtics i material didàctic per fer front a aquesta des d'espais reduïts com pot ser l'aula.

Bàsicament cal parlar del que ha succeït amb el grup del que el difunt era membre, cedir espais que puguin afavorir l'expressió dels sentiments que els provoca la mort i compartir-ho amb la resta de companys. En aquest cas, el ritual de comiat pot tenir un caire més espontani i simbòlic, afavorint que siguin ells mateixos els que decideixin com volen dir-li adéu.

- Mort d'un animal de companyia:

Sovint els nens estableixen forts lligams amb els animals que tenen a casa, convertint-se en un membre més de la família. Per tant, no hem de menysprear aquesta pèrdua però sí diferenciar-la de la mort d'una persona, deixant clar que la seva vida és més curta i posant l'ènfasi en els bons moments que han viscut plegats.

- Mort accidental:

Encara que no ho sembli per les circumstàncies inesperades que suposa la mort accidental, els nens acostumen a entendre-la ràpidament ja que els adults els adverteixen diàriament del mal que es poden fer amb consells com *"no t'acostis a la finestra, que pots caure"* o *"compte amb la carretera, que et poden atropellar"*. Per tant, les consignes explicades anteriorment ens poden servir perfectament per explicar aquest fet.

Cal destacar però, que si és l'infant en qüestió el responsable d'aquesta mort accidental, és indispensable que deixem la intervenció en mans d'un professional que l'ajudi a gestionar el sentiment de culpa que pot carregar.

- Assassinat:

Quan un infant visualitza un assassinat és necessari que rebi ajut professional per evitar que se'n puguin derivar traumes del succeït. Serà aquest especialista l'encarregat de donar-nos les pautes més adients per treballar amb el nen.

- Suïcidi:

Aquest tipus de mort és un acte carregat de desesperança i dubtes, a la vegada que es cerca la comprensió dels motius que han conduït al difunt a acabar amb la seva vida. Hem d'evitar en tot moment que aquest fet es converteixi en un tabú a la vida de l'infant i fugir dels estigmes socials que l'envolten. Cal recórrer de nou a professional i que aquest ens assessori sobre quins passos hem de seguir.

Si tenim evidències de que la persona ha volgut treure's la vida, ho hem d'explicar de la forma més entenedora possible. En aquest cas, podem fer referència a les malalties mentals identificant la nostra ment com una part més del nostre cos que pot emmalaltir i la incapacitat que sentia la persona per continuar endavant suportant aquest patiment. Tot i això, hem d'evitar que el nen identifiqui el suïcidi com una solució a aquesta angoixa posant en evidència el dolor que ha causat aquest fet en les persones que l'envoltaven i que així no intenti reproduir el mateix patró quan ell es trobi desbordat per alguna situació personal.

8. ELS RITUALS DE COMIAT I L'ESPIRITUALITAT

Tot i que darrerament els rituals de comiat han canviat molt en les nostres societats, aquests continuen tenint una gran importància dintre del procés de dol que ha d'experimentar l'infant. Quan la pèrdua es produeix després d'una malaltia, normalment el nen disposa de temps per acomiadar-se de la persona perduda però quan succeeix de cop, queden aspectes per resoldre.

L'experiència de la mort és nova per ell i desconeix tot el que la situació comporta, pel que és important donar la possibilitat al nen per a que pugui participar si ho vol de l'acte de comiat. Per fer-ho, hem d'explicar prèviament la situació biològica del difunt, per foragitar fantasies, i fer una descripció real i concreta de tot el que trobarà en aquell espai: llocs, sales, decoració, persones i situacions.

Contràriament al que es pot pensar, no hem de protegir als nens de l'acte de comiat ja que aquest l'ajudarà en el seu procés de superació del dolor i el farà sentir part de la família amb qui compartirà aquests moments durs.

És molt important que sempre hi hagi una persona com a referent, en qui pugui confiar i amb que es senti segur, que l'acompanyi durant tot el procés. Sempre s'ha de tenir en compte que tot i la conveniència de que el nen visqui amb la resta de la família el ritual d'acomiadament, ha de ser ell qui decideixi la seva participació i el seu grau d'implicació.

Per abordar la globalitat de la persona en aquest tema, hem de tenir en compte l'aportació de Martin Buber, que diferencia quatre quadrants fonamentals de tota personalitat des de la vessant biològica, psicològica, social i espiritual. Així doncs els aspectes biològics que hem de tenir en compte en l'acompanyament del dol tenen a veure amb l'alimentació, descans... En aquests moments tan durs emocionalment i difícils de gestionar és molt freqüent la presència de professionals que ens poden ajudar en l'apartat psicològic. Pel que fa la vessant social, és molt evident en la nostra societat ja que és la comunitat qui recolza als que han sofert la pèrdua.

Per últim farem referència al quart vessant, no per això menys important, l'espiritual. Per això és important fer-nos un plantejament de la nostra cosmovisió i refer-nos preguntes com qui som i de on venim. Per ajudar a l'infant en aquest aspecte, cal realitzar un treball intern de coneixement del jo, de la "intel·ligència espiritual" que valora la vida i el desenvolupament dels

diferents membres de la comunitat. L'espiritualitat i la religió són una eina que ens ajuda a situar a la persona perduda i ens ajuda a conèixer el nostre jo interior.

9. RECURSOS DIDÀCTICS

El grup ha fet un treball de recerca bibliogràfica per diferents canals: l'Observatori de la Infància, pàgines webs (DIXIT, ACPEAH..), biblioteques, etc. Una vegada realitzat el triatge corresponent de tota la informació obtinguda, destaquem a continuació tots aquells recursos que ens han semblat més interessants i a la vegada útils per treballar i aprofundir sobre el tema de la mort i el dol amb infants.

Bibliografia adreçada als professionals:

- Esquerda i Aresté, M.; Agustí, Anna M. *El nen i la mort: acompanyar els infants i els adolescents en la pèrdua d'una persona estimada*. Lleida: Pagès, 2010
- Shaefer, D.; Lyons, C. *Cómo contárselo a los niños: respuestas adecuadas cuando alguien fallece*. Barcelona: Médici, 2004.

Bibliografia adreçada als infants:

- Banquells, M. *La mare porta perruca*. Bargués- Banquells, ed.2010
- Bausà, R.; Peris, C. *Bona nit, Avi!* Lóguez Ediciones.
- De Saint-Exupéry, A. , *El petit príncep*. Barcelona: Emecé, 1990.
- Elzbieta. *La mort d'en Tim*. Barcelona: Colecció els pirates, Cruilla, 2002.
- José, E., *La Júlia té un estel*. Barcelona: La Galera, 2006.
- Vassart, M. M. i Comella, A., *El llibre de la vida, llibre de l'altra vida*. Barcelona: Grijalbo 1996.
- Wilhem, H., *Jo sempre t'estimaré*. Barcelona: Joventut, 1989.

Audiovisuals:

- Bambi (1942)
- El rei Lleó (1993)
- La meva noia (1991)

- Germà ós (2003)

10. BIBLIOGRAFIA

- ↻ Esquerda i Aresté, M.; Agustí, Anna M. *El nen i la mort: acompanyar els infants i els adolescents en la pèrdua d'una persona estimada*. Lleida: Pagès, 2010
- ↻ Kübler-Ross, E. *Sobre la muerte y los moribundos*. Barcelona: Grijalbi, 1989.
 - *Los niños y la muerte*. Barcelona: Luciérnaga, 1999.
- ↻ Pangrazzi, A. *La pérdida de un ser querido*. Madrid: Paulinas, 1993.
- ↻ Poch, C. *De la vida i de la mort*. Barcelona: Claret, 1996.
- ↻ Shaefer, D.; Lyons, C. *Cómo contárselo a los niños: respuestas adecuadas cuando alguien fallece*. Barcelona: Médici, 2004.
- ↻ Worden, J.W. *El tratamiento del duelo: asesoramiento psicológico y terapia*. Barcelona: paidós, 1997.