



ACOMPANYAR INFANTS I ADOLESCENTS EN LES PÈRDUES I EL DOL



GLÒRIA INIESTA – gloria.iniesta@prisma.cat

DE QUÈ PARLAREM?

- El tabú de la mort i els mites en referència als processos de dol dels infants.
- Quina visió de la mort tenen els infants i adolescents.
- El procés de dol i els seus afrontaments.
- Orientacions bàsiques per acollir les pèrdues a l'aula.

EL TABÚ DE LA MORT

En el nostre dia a dia ens trobem amb moltes contradiccions...

-Estem escoltant diàriament notícies sobre morts en els mitjans **però...**

-En el context educatiu estem angoixats per com avaluarem el tercer trimestre, quines activitats online proposarem, com farem el seguiment de l'alumnat **però...**

MITES SOBRE EL DOL EN LA INFÀNCIA

- **No s'adonen del que passa després d'una pèrdua.**

Els infants s'adonen de les pèrdues principals i les secundàries.

- **No elaboren el dol.**

Elaboren dols, expressen els diferents processos del dol de diferent manera que els adults.

- **És millor que no participin dels rituals.**



La millor opció és oferir-los la participació donant la informació adequada.

PER A REFLEXIONAR

La mort és una quimera, perquè mentre jo existeixo, no existeix la mort; i quan existeix la mort, jo ja no existeixo.

Epicur

Necessitem la vida sencera per aprendre a viure, i també, cosa sorprenent, per aprendre a morir.

Sèneca

Aprenent a morir s'aprèn a viure millor.

Plató

Educar per a la mort resulta inseparable d'educar per a la vida, i a l'inrevés. Més encara, és l'única manera possible i sincera d'educar per a la vida.

Joan-Carles Mèlich

COM ELS INFANTS INTEGREN LA MORT

- De 0 a 2 anys: no existeix una comprensió de la mort.
- Dels 2 a 5 anys: la mort és temporal i reversible.
- Dels 6 als 10 anys: la mort és irreversible. La mort no inclou la consciència del jo.
- A partir dels 11 anys: la mort es veu com a irreversible i universal.

- Dels 15 als 18 anys

El temps de “durada” del procés de dol és semblant al de l’adult.

Molta intensitat emocional.

Alt impacte en la creació del “jo”.

Alta influència del grup d’iguals.

Identificació amb el difunt.



- **Irreversibilitat:** comprendre que allò que passa és per sempre.
- **Universalitat:** la mort afecta tots els éssers vius.
- **No-funcionalitat:** no hi ha moviment ni funcions corporals.
- **Causalitat:** per què ens morim?
- **Continuació no corpòria:** és la mort el final?

LA PEDAGOGIA DE LA VIDA I LA MORT I LA PEDAGOGIA DEL DOL

- **Pedagogia de la vida i de la mort:** fa referència a la construcció del sentit de la vida, a parlar de la mort i la pèrdua abans de trobar-se-la al davant.
- **Pedagogia del dol:** s'aplica quan hi ha hagut una pèrdua que ens exigeix enfrontar-nos a la realitat, i demana eines per alleujar el dolor i donar consol.

Anna Nolla



Quan perdem alguna cosa que valorem això genera dolor.

Alfons Gea

Quins canvis ens poden produir dolor?

La pèrdua d'amistats.

El canvi d'escola.

Els canvis d'habitatge, de país...

La pèrdua d'objectes.

La pèrdua de capacitats personals.

Els canvis en les etapes vitals.

La separació dels pares.

La mort d'un ésser estimat (persona, animal de companyia)



QUAN AQUEST PROCÉS ÉS UN CANVI QUE GENERA DOLOR



PROCÉS DE DOL

TOT PROCÉS DE CANVI IMPLICA



UN PROCÉS D'ADAPTACIÓ

El procés de dol és un procés...

NATURAL i
ADAPTATIU

VARIABLE EN EL
TEMPS

ÚNIC I
PERSONAL

QUE POT
SORGIR
ARREL DE
MÚLTIPLES
SUCCESOS

DINÀMIC

ACTIU

PÈRDUA PRINCIPAL

MORT DEL PARE

PÈRDUES SECUNDÀRIES

ECONÒMIQUES

ROL

CANVI D'HABITATGE

DINÀMIQUES FAMILIARS

Tasques en el dol:

- Acceptar la realitat de la pèrdua
- Connectar amb el dolor
- Ajustar-se a un entorn on la persona que ha mort no hi és
- Re-col·locar la persona en la pròpia vida i seguir vivint

William Worden

EL PROCÉS DE DOL: QUÈ IMPLICA?

La resposta natural davant una pèrdua porta a l'ésser a experimentar diferents reaccions:

- Fisiològiques.
- Emocionals.
- Cognitives.
- Comportamentals.

Model integratiu-relacional: Alba Payàs

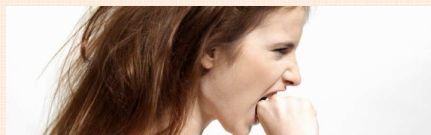
FISIOLÒGIQUES /SOMÀTIQUES

Transtorns de la son
Transtorns alimentaris
Migranyes
Mal de panxa
Cansament
Mareig
Opressió al pit



EMOCIONALS

Tristesa
Ràbia
Culpa
Sensació d'abandonament
Por
Ansietat
Humor variable
Baixa autoestima



COGNITIVES

Rumiacions
Pensaments intrusius
Manca de concentració
Confusió
Creences pròpies
Disminució rendiment escolar



COMPORAMENTALS

Hiperactivitat
Apatia
Agressivitat
Conductes de risc
Autolesions

EN EL PROCÈS DE DOL LES PERSONES NECESSITEM
ESPAIS PER A...

CONNECTAR

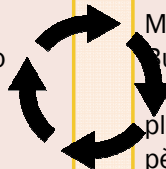
Amb la pèrdua i el dolor

Plorar
Parlar sobre la situació o
persona
Mostrar passivitat
Mostrar abatiment
Promoure el record

DESCONNECTAR

De la pèrdua

Mostrar Negació
Buscar Distraccions
Reprimir les emocions i el
plor Evitar parlar sobre la
pèrdua Fer coses noves
Centrar-se en la pròpia vida



Model dual d'afrontament del dol de Stroebe i Shut

ORIENTACIONS PER A LA INTERVENCIÓ EN CASOS DE DOL

1- QUINA INFORMACIÓ DONAREM?

2- COM COMUNIQUEM LA INFORMACIÓ AL CLAUSTRE?

3- LA TROBADA/COMUNICACIÓ AMB L'ALUMNAT I FAMÍLIES

4- EL COMIAT COL·LECTIU

4- El comiat col·lectiu

Beneficis:

- Ajuden a passar del que no és real a la realitat. Simbolitzen el pas de la vida a la mort.
- Permeten expressar les emocions.
- Permeten rebre el suport dels altres (suport social).
- Estimulen a recordar la vida del difunt.
- Ajuden a començar a establir un vincle nou amb la persona difunta.

6- Seguiment

- Cal tenir definit quina persona farà el seguiment dels alumnes més afectats.
- Cal mantenir una comunicació activa amb la família.
- Convindria continuar amb les rutines d'aula passat un temps pactat (2 o 3 dies).
- S'ha de vetllar per a tenir espais comunicatius per a parlar de la pèrdua i prendre decisions amb l'alumnat: ex. què fem amb la taula?
- Es pot mantenir un espai de record un temps determinat i fer un tancament amb un petit acte.
- Hem de cuidar-nos com a professionals.

El dol és un procés íntim i privat, i cada persona el viurà segons el seu moment vital, l'entorn, els suports... Però quan és compartit col·lectivament aporta beneficis que ajuden a elaborar un bon dol personal.

Àngels Miret

Les paraules de dolor compartides obren els nostres cors i els uneixen. Aleshores, el nostre dol, fa menys mal.

Alba Payàs

CONTES I LLIBRES

0 - 6

L'orugueteta Golafre. Eric Carle.

El monstre de colors. Anna Llenas.

T'estimaré sempre Petitó. Debi Gliori.

Adéu, petit amic! Escoles Waldorf. Helena Portella.

* L'arbre dels records. Britta Teckentrup.

6 - 12

On és el iaio? *Mar Cortina.*

L'illa de l'avi. *Benji Davies.*

El camí de la Lua i El camí del Dan. *Neus Ballesteros, Xevi Victori, Ivan Tàpia, Eva Sitko.*

¿Cómo es possible? *Peter Schössow.*

No és fàcil, petit esquirol. *Elisa Ramón i Rosa Osuna.*

El buit. *Anna Llenas.*

+ 12

L'abre Vermell. *Shaun Tan.*

El hilo de la vida. *Davide Calí i Serge Bloch.*

Amic Meu. *Open Cultural Center.*

Alba. *Enric Larreula.*

El món groc. *Albert Espinosa.*

En Mattia i l'avi. *Roberto Piumini.*

Bibliografia adults

El nen i la mort. *Montse Esquerda i Anna M. Agustí.*

Los niños y la muerte. *Elisabeth Kübler – Ross.*

I jo, també em moriré? *Xusa Serra.*

El centre educatiu de dol. *Àngels Miret.*

Del viure i del morir. *Anna Nolla.*

El mensaje de las lágrimas. *Alba Payàs.*

La pèrdua inesperada. *El duelo por suicido de un ser querido. Dulce Camacho.*

¿Podemos hablar de algo más agradable? *Roz Chast.*

Per a poder sostenir el dolor en situacions de dol ens cal evitar les transferències i per, fer-ho, haig de poder realitzar una exploració personal.

- Com defineixo el que és la vida?
- Què significa per a mi «morir»?
- Quan reviso els meus processos de dol sento/experimento/penso/faig...
- Quan acompanyo les pèrdues dels altres sento/experimento/penso/faig...
- Quan em visualitzo davant l'alumne sento/experimento/penso/faig...



MOLTES GRÀCIES



“La ciència moderna encara no ha produït un medicament tan eficaç com unes paraules bondadoses”

Sigmund Freud