



Com explicar la mort a infants i a adolescents

3



Pedagogia: joves i infants

Capítol 03

1

Síntesi del vídeo

En aquesta lliçó abordarem la pregunta bàsica: **“Com parlar de la mort”**, amb la intenció d'oferir unes quantes pautes que puguin ser d'utilitat.

A partir de quina edat hem de parlar de la mort?

En realitat, es pot fer des de qualsevol edat. La mort és un fet natural i s'ha de tractar des del primer moment, fins i tot amb bebès de pocs mesos. Per exemple, podem parlar de la mort a un bebè si la nostra mascota o el nostre canari ha mort. I ho podem fer encara que el bebè no parli, igual que li parlem contínuament de coses quotidianes, també podem parlar d'aquest tema, amb naturalitat, i dir-li, per exemple: *“Pobret, mira, s'ha mort el canari, tan bé que cantava...”*

Hem de respondre totes les preguntes sobre la mort que ens plantegin els infants? Per descomptat que sí. Naturalment, hem de contestar adaptant-nos a la seva capacitat de comprensió. Però no hem d'evitar respostes. El silenci els pot fer pensar coses totalment errònies i, fins i tot, pensar que tenen una part de responsabilitat en la mort i el dolor que provoca al seu voltant. Les paraules dels adults ajuden a gestionar aquesta qüestió i la fan més segura.

I si les preguntes no són prou clares?

En aquests casos, potser és que la pregunta ha estat plantejada d'una manera no verbal o de forma metafòrica, llavors seria adequat assegurar-nos del que volen saber: *“Estàs preguntant això?”* i, en el cas que ens diguin que sí, intentarem reflexionar conjuntament aprofitant la necessitat que sorgeix. A més, podrem investigar si aquest plantejament poc directe rau en una dificultat concreta o si es tracta, simplement, de no dominar prou el llenguatge. El primer cas ens animarà a clarificar el tema tant com sigui possible i a deixar sempre la porta oberta per continuar-ne parlant. No seria sa que el tema els generés un malestar innecessari.

I què fem quan a alguna persona estimada se li acosta el moment de la mort?

En aquests casos és especialment important parlar de la mort. Hem de preparar el terreny perquè, de mica en mica, vagi elaborant la idea de la mort i les implicacions que comporta. La mort no és una realitat fàcil d'entendre, per tant, és prudent donar temps i parlar-ne, quan sigui previsible, com abans millor. Quan ho fem així, permetem que el procés de dol sigui gradual i hi hagi una més bona comprensió.

En aquest cas, i en tots els casos, és fonamental parlar sense mentir, responent a les preguntes de l'infant d'una manera tan comprensible com sigui possible, adaptant el nostre llenguatge a la seva capacitat de comprensió i, alhora, procurant no mentir mai. Lògicament, això implica que nosaltres, com a adults, tinguem mínimament integrat aquest tema. Si no, transmetrem angoixa, dolor i inseguretat. En cas que, com a persones adultes, no tinguem aquest tema prou integrat, seria útil demanar una ajuda terapèutica puntual durant unes quantes sessions amb algú professional que ens ajudés a clarificar-lo. Això ens beneficiaria tant a nosaltres com als infants amb qui tenim contacte.

I com actuar davant de les emocions que mostren els infants?

Simplement, ens hem de mantenir receptius a les emocions que mostri l'altra persona, donant-li espai per expressar les seves pors, la seva impotència, la seva tristesa... Cal procurar oferir-li un espai i una manera segura per expressar tot això. De vegades, els infants senten una gran impotència i molta ràbia, i no saben com treure-la. I aquí, la intervenció de la persona adulta els pot ser molt útil. Per exemple, els podem suggerir: *“Vols que juguem una estona a pilota pegant-li amb tota la ràbia com si fos la mort?”* O bé: *“Vols que peguem a un coixí? Vols que cridem? Vols que anem a córrer cridant el que sentim?”* Si nosaltres no els donem eines als infants per exterioritzar la tensió emocional, si no els donem permís per plorar, per cridar, per expressar les emocions i les

tensions d'una manera constructiva, aquesta ràbia es quedarà a dins i sortirà a l'escola, amb els companys, contra les amigues, a les extraescolars... Per això és molt important intentar oferir-los aquest espai.

I com podem comunicar la mort d'una persona propera a un infant?

Imaginem que estem en el moment en què hem de comunicar la mort d'una persona propera a un nen o a una nena. És important que la persona que li doni la notícia tingui un vincle emocional profund amb l'infant, molt directe: el pare, la mare...

I com explicar-ho amb saviesa? Quines explicacions podem oferir?

Ara donarem tres pistes verbals per parlar de la mort i després una quarta fase sobre rituals, que no és verbal però sí que és una acció que completarà la forma d'explicar-ho amb prou saviesa.

La primera pista és **buscar un espai tranquil**, on tinguem l'atenció del nen o la nena i no siguem interromputs, i, si el contacte físic és adequat, agafar-lo de la mà, abraçar-la, tenir-lo al teu costat i aleshores fer-li **una introducció que ha de ser molt clara**, com ara: *"T'he de donar una notícia important"*, o també *"T'he de donar una notícia que em produeix tristot"*, o una cosa semblant a *"Vull que parlem un moment, ha passat una cosa important i és una cosa que l'hauem de treballar durant un temps fins que la puguem integrar."* Es pot explicar de diverses maneres, però en aquesta introducció ha de quedar clar que estem davant d'un tema important i que implica sentiments.

En segon lloc, li explicarem **el fet de la mort com una cosa esdevinguda i irreversible** pel que fa al cos: *"Tal persona, aquest matí ha deixat de respirar i el seu cor ha deixat de batejar, i el seu cos ha deixat de funcionar en totes les seves funcions. Avui ha mort"*, i la paraula és aquesta: *mort*. Ho dic perquè molta gent fa servir eufemismes o metàfores i és millor evitar-ho per assegurar-nos que realment ens entenen.

En tercer lloc, **acollirem les emocions**, deixarem que la nena i el nen les expressi, respondrem les seves preguntes, els contindrem amb la nostra seguretat sense esquivar les preguntes, l'abraçarem, deixarem que plori, compartirem el plor. No és dolent compartir el plor sempre que nosaltres no ens trenquem per dintre, sempre que tinguem la mort ubicada: sabem que la mort, com a comiat, pot ser trista. El nostre plor estarà explicitant que mostrar les emocions és una cosa normal i que davant d'una pèrdua, la tristot és un procés psicològic normal i que tenim dret a viure el que sentim.

1

Finalment, cal incloure el nen o la nena en els rituals de dol. L'infant té dret a assistir al tanatori, a l'enterrament, a veure la seva àvia o el seu avi, el seu germà, el seu pare o la seva mare al taüd i poder-li dir: *“Gràcies per haver estat el meu avi (o mare...) i que trist que estic i com ploro!”*, hi té tot el dret, perquè seria molt cruel que nosaltres hi anéssim i participéssim de tots els rituals socials que tenen significat, i tornéssim a casa i li diguéssim: *“Amor meu, t'he de dir una cosa, i és que l'avi es va morir ahir i jo acabo de venir del tanatori i ja m'he acomiadat d'ell. L'acabem d'enterrar i tu no has vingut i no et podràs acomiadar mai d'ell perquè ets massa petit.”* Aquesta mort sense possibilitat de comiat seria molt més difícil d'elaborar, per tant, incloure les nenes i els nens en els rituals és fonamental perquè puguin entendre el significat de la mort.

2

Per verificar el contingut de la lliçó

Us podeu adonar que, quan passa alguna cosa greu, entendre-ho és la millor manera de poder-ho gestionar i de reduir el patiment al mínim?

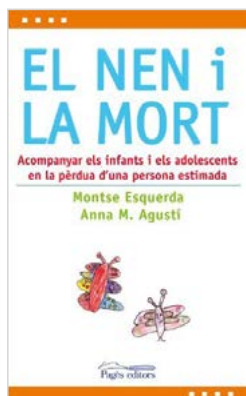
Podeu comprovar que el silenci sobre temes fonamentals deixa indefensos els infants quan s'hi troben?

Us adoneu que si us manteniu fermes, donant informació clara, responent dubtes, permetent que tant vosaltres com els nens i les nenes expressin els seus sentiments, esteu ajudant extraordinàriament a integrar sanament el que està passant?

Podeu recordar moment en els quals el fet d'expressar el que sentíeu ho ha alliberat?

3

Per aprofundir...



Una gran part d'aquests consells s'expliquen amb molta claredat en el llibre ***El nen i la mort***, de Montse Esquerda i Anna M. Agustí, publicat per *Milenio* en espanyol i per *Pagès editors* en català. Us animo a llegir-lo, com també a investigar entre el munt de bibliografia que hi ha sobre aquesta qüestió.

Ens veiem a la propera lliçó!

DII

Daniel Gabarró

Campus
danielgabarro.com

Vídeo-Cursos
gratuïts OnLine
per a la transformació
positiva de la vida
de la gent

Protegim el Planeta:

No imprimeixis aquest
document si pots evitar-ho.



¡Comparteix!

Aquest contingut és lliure.
Comparteix si vols.



Aquest document PDF és de difusió lliure i gratuïta, està associat al vídeo-curs

COM EXPLICAR LA MORT A INFANTS I A ADOLESCENTS.

Pots trobar-lo, a més d'altres vídeo-cursos a www.campusdanielgabarro.com/cat