



# Com explicar la mort a infants i a adolescents

4



Pedagogia: joves i infants

Capítol 04

1

## Síntesi del vídeo

En aquesta lliçó donarem una sèrie de pistes per evitar incrementar el dolor quan compartim, amb nens i nenes, una mort.

La primera orientació que cal tenir present és que hem de ser molt prudents si fem servir metàfores per referir-nos a la mort. Crec que el millor és **referir-nos a la mort com un procés físic en el qual el cos deixa de complir les seves funcions vitals d'una manera total i irreversible**. De vegades, es fan metàfores desafortunades, com ara “s’ha adormit definitivament”, “se n’ha anat a fer el seu últim viatge” i altres de semblants que, penso, hem d’evitar quan ens relacionem amb nens i nenes, ja que els pot generar molta inquietud: si me’n vaig a dormir, vol dir que em moriré? Si algú se’n va de viatge, vol dir que es morirà? És perillós anar amb autobús o amb tren, perquè és un viatge que porta a la mort? Si **evitem les metàfores**, també evitarem aquests conflictes que he vist més d’una vegada i que són, òbviament, innecessaris.

En segon lloc, em sembla important **diferenciar clarament entre malaltia i malaltia greu**, perquè pot portar malentesos dir: “s’ha mort perquè estava malalt”, ja que quan després la nena o el nen agafen la grip, o els fa mal el cap i els diuen que estan malalts, poden pensar: “Ara sí que em moriré, perquè estic malalta...”

Per tant, s'ha d'explicar que hi ha malalties greus que poden provocar la mort, i altres malalties que no són greus i que són la majoria. Cal destacar que mentre no et diguin que tens una malaltia molt greu –i si la tens, ja t'ho diré–, no tens cap motiu per preocupar-te.

El tercer consell és que s'han d'**evitar les mentides** perquè, si menteixo, estic trencant la confiança que tenen en mi i el que no volem sota cap concepte és que els nostres estudiants, els nostres fills i filles, desconfiïn de nosaltres. Així que, en el tema de la mort, com en qualsevol altre, no mentim. De vegades pensem que és una mentida pietosa i que són petits o petites per entendre, però en aquests casos hem de dir la veritat adaptant-la al seu nivell de comprensió, però mai mentir.

El punt número quatre és assegurar al nen i a la nena que, malgrat la mort (especialment si ha mort un dels progenitors o tots dos), **en cap moment se sentin abandonats**. En el cas de la mort del pare o de la mare, o fins i tot de tots dos, hauríem de dir-li a l'infant que el continuarem cuidant, que no s'ha de preocupar perquè serem aquí, que el cuidarem, *“no serà igual que amb el pare i la mare, però tu em tens a mi i no t'has de preocupar de res. No estàs abandonat, jo t'estimo, jo et protegiré. I plorarem junts, això sí, no t'has d'amoïnar, estàs protegit, sempre pots comptar amb mi.”*

Quan hi ha una mort important, hem de tenir paciència amb els nens i les nenes, perquè, sovint, els costarà d'integrar la defunció i caldrà **repetir moltes vegades la informació i anar acollint-los d'una manera contínua**. Per exemple, quan li diem a un infant de tres anys que una persona ha mort i que no la tornarà a veure mai més, pot dir: *“D'acord, no la tornaré a veure mai més”* i, tanmateix, l'endemà pot preguntar: *“I demà, demà sí que ve?”* Perquè en la seva mentalitat el temps no és una cosa que pugui dominar.

A més, hem de tenir paciència, perquè cada vegada que la nena o el nen evoluciona psicològicament, és molt possible que hagi de tornar a fer el dol, especialment si el dol és d'una persona molt important. Per exemple, si el pare o la mare va morir quan tenia quatre anys, va fer el dol corresponent als quatre anys, però més endavant, quan surti del pensament màgic i arribi al pensament concret, cap als nou anys, haurà de tornar a fer el dol. I quan superi el pensament concret i entri en el pensament abstracte com a adolescent, és possible que torni a viure una altra crisi per ressituar aquesta qüestió. En cada nova etapa, capta emocions i comprensions que fins aquell moment no estava preparat per entendre.

Per tant, és possible que **un infant passi per diversos dols amb la mateixa mort al llarg dels anys**, perquè a cada nova evolució interior s'ha de situar la mort en un nou espai.

I això és dolent? No, això és boníssim, això vol dir que està avançant. De vegades pensem que està retrocedint: *“Fixa’t, han passat deu anys i ja torna amb el mateix tema. No anem bé.”* Però la veritat és la contrària: deu anys després ho està elaborant de nou, amb més profunditat. Que saludable! No ho està amagant, no ho està negant, ho està elaborant de nou i ho elaborarà durant uns mesos, i després anirà cap endavant i quan sigui adolescent ho tornarà a elaborar fins que, finalment, tindrà la mort ben situada. I a partir d’aquell moment, podrà integrar qualsevol mort, no s’enfonsarà.

Un altre aspecte que cal tenir ben present és que els infants, fins als set o vuit anys, tenen un pensament màgic. Això vol dir que se senten el centre del món i, per tant, es creuen que són la causa de tot. Per aquest motiu, poden pensar que són la causa de la mort dels altres i és molt important ajudar-los a desmentir això, a **no sentir-se’n culpables**, dient-los: *“No, no, això és una cosa natural, passa a tot arreu, no té res a veure amb el fet que la gent s’enfadi amb altres persones perquè es morin, res a veure. I encara et diré més, cada persona es mor en el moment que li toca i no abans.”*

Aquesta última idea és molt important de tenir present: **cada persona es mor en el moment que li toca i no abans**. I si no és el teu moment no et moriràs, i si és el teu moment, ja et pots ficar en un búnquer que serà el teu moment. I això és important de transmetre als infants, ja que els evita la culpabilitat i els dóna la pau suficient per viure la vida amb alegria, sense por. Ningú no es mor abans que sigui el seu moment, saber-ho ajuda a viure confiadament, amb pau.

D'altra banda, és important estar **atents als símptomes físics, als símptomes escolars i relacionals dels nens i les nenes que han viscut una pèrdua important**. De vegades, els nens i les nenes comencen a tenir problemes físics perquè estan somatitzant el dol, o comencen a tenir problemes escolars o de relació, comencen a no avenir-se amb els seus amics, amigues, amb els seus companys de l'escola... i això pot passar sis mesos, nou mesos, un any o un any i mig després, ja que els períodes d'integració són diferents per a cada persona!

Això pot passar un any o dos anys després perquè sol coincidir amb el moment en què comencen a acceptar el dolor de la pèrdua irreversible. De vegades, quan la mort és d'una persona molt propera, bloquegen el dolor i durant sis mesos, durant un any o dos penses: *“la nena no s’ha assabentat, fixa’t, ho ha viscut tot amb molta normalitat.”* I un any i mig després, la nena entra en crisi perquè en aquell moment ja se sent capaç de gestionar el seu dolor i quan se sent capaç de gestionar-lo, comença a sortir pertot arreu: o físicament amb malalties, o en relacions amb agressivitat, o rendint menys a l'escola o portant-se malament, i aleshores és important tornar enrere i parlar de la mort,

de la persona estimada, tornar als rituals, donar permís perquè plorem, compartir les emocions, els sentiments. Ho remarco perquè de vegades els adults pensem que els nens i les nenes actuen d'una manera totalment lineal, i no és així. **Els infants integren la mort en espiral**, tornant a passar pel mateix aspecte diverses vegades per anar-lo elaborant cada vegada amb més profunditat.

També, especialment si es mor un germà o una germana gran, o el pare o la mare, hem de vigilar que no se sentin obligats a ocupar el seu lloc i deixin de viure la infantesa prenent en les seves mans un excés de responsabilitat. De vegades ho fan per dir al mort que l'estimen, i està bé durant les primeres setmanes, però, de mica en mica, han de tornar a ocupar la seva infantesa, la seva adolescència i els hem de dir: *“ja sé que ho feia la mare, però no et preocupis, quan siguis més gran ja ho faràs, de moment, mira, ajuda'm una miqueta”* i aquest *“ajuda'm una miqueta”* ha d'anar minvant perquè hem d'**evitar que perdin la infantesa adquirint un paper que no els correspon**, hem d'evitar que assumeixin el rol de pare, mare, germà o germana gran quan no és el seu paper.

L'últim punt que cal remarcar és què fer quan l'infant o l'adolescent s'enfronta a la mort d'algú amb qui va tenir grans dificultats de relació, amb qui va tenir enfrontaments importants. Si els nens i les nenes no tenien una bona relació amb la persona difunta, els hem d'ajudar a refer el seu passat, que es reconciliïn amb aquell passat per tal que el puguin tancar. És possible que hagueu de demanar l'ajuda d'una persona professional que us doni pistes sobre com fer-ho, perquè és importantíssim refer la relació a fi que deixin de pensar en ells o elles com *“aquell nen cruel que va maltractar el seu pobre pare, que va morir i no el va saber estimar, que va ser un mal fill.”*

No podem permetre que els nens portin aquesta càrrega innecessària. **Totes les persones fan el millor que poden i nosaltres hem de procurar que els nostres fills i filles puguin mirar enrere i veure el passat sense ferides.** Per això, els hem d'ajudar a reescriure'l sense mentir-los, però sí donant-los un relat que el sani. Per exemple, dir-los: *“el pare sempre deia de tu: mira que en Lluís té caràcter, eh? Mira que arriba a tenir energia, aquest nen amb aquesta energia serà un gran líder en el futur, serà una persona que farà grans coses a la societat, mira que arriba a portar-me la contrària, perquè aquest nen té molta intel·ligència, que es planteja coses i arriba a conclusions molt diferents de les meves. Estic segur que serà un veritable líder.”* Això, d'alguna manera, és reescriure el passat, perquè sàpiga que el seu pare l'estimava, que la persona que va morir l'apreciava. **S'ha de reescriure sense mentir, però donant a entendre que allò que va passar era necessari i que era part d'un aprenentatge, i que la persona adulta ho podia entendre** i ho estava entenent, que no es preocupi, que el pare s'enfadava molt i després, a la nit, pensava: *“amb aquesta energia, aquesta nena serà presidenta del govern, ja ho dic jo.”*

1

Sí, s'ha de buscar una forma perquè els nostres infants puguin tancar les ferides. És cruel, és injust que portin una ferida que mai no puguin tancar a causa de l'absència definitiva de l'altra part, per tant, aquest és un punt a tenir molt present.

A la lliçó següent, parlarem més de com ajudar els infants i els adolescents a ressituar-se davant les noves circumstàncies, com encarar la nova realitat després de la mort d'un ésser estimat.

2

## Per verificar el contingut de la lliçó

Us proposem verificar cadascun dels aspectes explicats imaginant què passaria si es plantegés diferent:

Què passarà si plantegem metàfores que els nois i noies no comprenen en lloc de dir clarament que la mort és un fet irreversible?

Què passarà si creuen que qualsevol malaltia és la causa imminent de la mort?

Què passarà si els mentim quan parlem d'aquest tema?

Què passarà si se senten abandonats i ningú no els diu que sempre poden comptar amb ells?

Què passarà si no els donem temps i espais per elaborar el dol a mesura que el van vivint?

Què passarà si se senten culpables i no ho abordem?

Què passarà si no evitem que ocupin rols que no els corresponen, com el d'adult?

Què passarà si no l'ajudem a tancar el passat, especialment quan hi havia relacions difícils amb la persona que ha mort?

Us convido a imaginar-vos el que podria passar i, aleshores, comprendreu la importància del que hem explicat en aquesta lliçó.

3

## Per aprofundir...

Si en la vostra infància va morir algú a qui estimàveu, us convidem a mirar enrere i a recordar com **ho vau viure per descobrir el que més us va ajudar i el que us hauria facilitat, encara més, la comprensió del fet.**

Ens veiem a la propera lliçó!

*D.G.*

*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](http://www.campusdanielgabarro.com/cat)