

ACOMPANYAR ALS NENS I NENES EN EL PROCÉS DE DOL

EDUCACIÓ INFANTIL I PRIMÀRIA

Davant la situació que estem vivint, algunes famílies s'estan enfrontant a la pèrdua d'algun familiar o amic, del qual no es poden acomiadar.

El dol, una reacció natural per la pèrdua d'un ésser estimat, aquest procés és diferent per cada un de nosaltres. La manera d'encarar el dol i d'expressar-lo depèn de molts factors, els sentiments més freqüents són: l'enyorança, la tristesa, la ràbia, la por, el dolor profund, aquests es van alternant i canviant d'intensitat.

El procés de dol és lent i molt dur, cal acceptar-lo, comprendre-ho i continuar vivint, no significa oblidar a la persona que ha mort, sinó gaudir de les vivències i els records que s'han compartit amb la persona estimada.

En aquests moments, els adults que acompanyeu als infants, nens i adolescents en el dol, també esteu patint aquest dol. En altres moments, és important deixar-se ajudar per les persones més properes, ara també ho podem fer, però tot és més complicat.

Igual que els adults, els nens també els hi afecta, i cada nen ho viurà a la seva manera. És important poder-ne parlar, explicar de manera senzilla, càlida i real, per poder donar un espai per parlar de tema, contestar a les seves preguntes, i expressar sentiment. També portar a terme petites accions que ens ajudin a acomiadar-se.

Els nens necessiten comprendre, donar significat a la pèrdua, que se'ls inclogui en la família, que no se'ls deixi de banda amb la intenció de protegir-los, ja que les preguntes sense resposta pot fer que les responguin amb la seva imaginació.

Per poder ajudar en aquest procés de dol us facilito unes guies editades per especialistes del procés de dol.

-ACOMPANYAMENT DEL DOL EN LA INFANCIA EN LA PANDEMIA ACTUAL PEL COVID-19, al final de document, podreu trobar la Guia completa i l'enllaç Faros fundació (Hospital Sant Joan de Déu) i el document el DOL I ELS NENS de Montse Esquerda i Aresté (pediatra).

-Guia del duelo COVID-19. Guia para adultos y niños. Realitzada per Dra Celia Agüera, especialista en el dol de joves i nens

<https://drive.google.com/file/d/1y41Ur6nngiDeZuISCS-2CpDZuE1b8Tpv/view>

- Afrontament del dol en la infància i l'adolescència en el context de la pandèmia de la COVID-19. Generalitat de Catalunya. Salut

També us facilito recursos per ajudar a explicar, parlar, afavorir un espai per elaborar el procés de dol.

Contes

Us facilitem uns contes per ajudar a parlar i explicar la mort.

Infantil

La Estrella de Laura" de Klaus Baumgart

<https://www.youtube.com/watch?v=0UtWZ8Svycs>

"Te hecho de menos" de Paul Verrept

"Així era l'avi" de Joan de Déu Prats

<https://www.ioandedeuprats.com/lilibres/aixi-era-lavi/>

Primària

La Estrella de Laura" de Klaus Baumgart

<https://www.youtube.com/watch?v=0UtWZ8Svycs>

"EL BUIT" de Anna Llenas

<https://www.youtube.com/watch?v=spAyDU5suAE>

Recursos per treballar el conte

<http://www.annallenas.com/recursos-creatius.html#.XprGaf0zblU>

"On és el iaio?", Mar Cortina. (no l'he trobat explicat)

El árbol de los recuerdos, Britta Teckentrup. Nube Ocho

<https://www.youtube.com/watch?v=s07RnCPXyY>

Paraíso, Bruno Gibert. Los cuatro azules.

<https://www.youtube.com/watch?v=KRpWsvC26Qk>

Un poema a la panxa d'Eulàlia Canal i Iglésias

"Te hecho de menos" de Paul Verrept

"Per sempre més" d'Alan Durant

https://www.youtube.com/watch?time_continue=16&v=yHmsO4tplmM&feature=emb_logo

"Així era l'avi" de Joan de Déu Prats

<https://www.ioandedeuprats.com/lilibres/aixi-era-lavi/>

"El Joan ha mort" Itziar Fernández

<https://www.pageseditors.cat/ca/el-joan-ha-mort.html>

"El cor damunt la sorra" de Jordi Llompart

"El barco del abuelo", de Michael Catchpool

Cinema

El cinema també ens pot ajudar en el procés de dol, ens pot ajudar a establir converses amb els nostres fills, els pot ajudar a fer-nos preguntes, expressar les seves preocupacions...

- El rey león
- Coco
- Del reves
- Up
- El libro de la vida

Recordar-vos que estic a la vostra disposició i podeu comptar amb mi a través del correu gemmaamador@cerveto.com, en cas necessari fer una trobada mitjançant una videoconferència.

Gemma Amador

Departament de Psicopedagogia