

FAQ'S NENS I NENES EN TEMPS DE CORONAVIRUS

La pèrdua infantil

S'HA MORT ALGÚ A QUI ESTIMAVA O QUE CONEIXIA. COM EM PUC ACOMIADAR?

Acomiadar-se d'algú que s'ha mort és una de les coses més difícils que hi ha, perquè perdre una persona estimada ens produeix molta tristesa i enyorança, tant als grans com als petits. Potser t'hauràs adonat que en els moments realment importants de la vida les persones sempre fem cerimònies. Per exemple, quan la gent es casa, quan donem un premi, quan acabem l'escola... I també, evidentment, quan ens acomiadem d'algú que s'ha mort.

Les cerimònies són importants. Ens ajuden a mostrar el nostre respecte i amor, i ens fan sentir que fem una cosa valuosa. Normalment, quan es mor una persona, es fan cerimònies en què es reuneix tothom qui se l'estimava per acomiadar-se.

Ara, amb el confinament, aquestes cerimònies no es poden fer, per evitar contagis. Tanmateix, és important que facis algun acte que t'ajudi a expressar que aquella persona era especial per a tu i que li vols dir adéu de la manera correcta. Ho pots fer de moltes maneres. Una d'elles és escriure una carta ben bonica en què expliquis els bons records que tens d'aquella persona i com et sents ara que no hi és. També és important que la il·lustris amb dibuixos fets per tu. Un cop feta la carta, llegeix-la en veu alta en companyia dels teus. Si necessites plorar, fes-ho. Després, doblega-la en quatre parts, enrotlla-la com si fos un petit pergami, lliga-la amb un llacet fet d'alguna roba bonica que tinguis per casa i guarda-la en el lloc de la teva habitació on hi poses les coses importants. Aquest serà un objecte molt valuós per a tu, i t'ajudarà, si més no, fins que amb tota la família ja pugueu fer una cerimònia com les que s'han fet sempre



PER QUÈ ES MOREN LES PERSONES QUE MÉS ESTIMEM?

La mort forma part de la vida. Cada dia hi ha persones que neixen i d'altres que moren, són dos fets naturals i reals. Quan mor algú especial per nosaltres, segur que tindrem sentiments de molt dolor, estarem tristos, inquietos, i sentirem un gran sofriment perquè perdem a un ésser estimat i, amb ell, totes les coses que feiem plegats: jugar, passejar, llegir, fer deures, anar i tornar de l'escola, etc. Ara el podem recordar fent totes aquestes coses amb nosaltres



COM EM PUC ACOMIADAR?

Amb la teva família podeu fer algun comiat encara que sigui des de casa, ja que amb la malaltia del Covid-19 no es poden fer funerals per no contagiar-nos. Et proposem fer algunes activitats d'acomiadament com dibuixos del que sents o d'algun record amb la persona estimada, o recollir algun objecte d'aquesta persona o que te la recordi i ficar-lo en un sobre per poder enterrar-lo en un lloc o guardar-lo en una capseta per tenir-la present quan pensem en aquesta persona

QUAN I COM MORIM?

AMB EL PAS DELS ANYS, ELS HUMANS ANEM MORINT, SEMPRE, PERÒ DE VEGADES HI HA UNA CAUSA FÍSICA QUE FA QUE EL COR ES PARI I ELS PULMONS DEIXIN DE FUNCIONAR, COM UNA MALALTIA O UN ACCIDENT MOLT GREU, O QUAN UNA PERSONA ÉS MOLT GRAN. ARA MOLTES PERSONES GRANS FORÇA DELICADES DE SALUT HAN EMMALALTIT GREUMENT DE LA COVID-19, COM SEGURAMENT EN SENTIU A PARLAR CADA DIA.

EN MORIR, EL COS DEIXA DE FUNCIONAR, ÉS A DIR, NO HI VEU, NO HI SENT, NO RESPIRA, NO TÉ GANA, NI FRED, NI CALOR, NO PENSA, NO POT CAMINAR; EN DEFINITIVA, S'ATUREN LES FUNCIONS VITALS. PER AIXÒ LA PERSONA QUE HA MORT NO PODRÀ FER COSES AMB TU, PERÒ TU PODRÀS PENSAR EN QUAN ANÀVEU PLEGATS I PODRÀS PARLAR DE LA PERSONA AMB LA FAMÉLIA I ELS AMICS.

TINC MOLTES EMOCIONS. ÉS NORMAL TENIR GANES DE PLORAR?

ALGUNES VEGADES PODEM TENIR POR DAVANT LA MORT, ENS POT COSTAR DORMIR O PODEM CREURE QUE ÉS CULPA NOSTRA QUE ALGÚ HAGI MORT, PERÒ HAS DE PENSAR QUE LA PERSONA QUE HA MORT ÉS PERQUÈ NO PODIA VIURE MÉS O ESTAVA MOLT MALALTA.

POTS VEURE PLORAR A QUI TENS AL VOLTANT. ÉS NORMAL PERQUÈ ES TRACTA D'UNA SEPARACIÓ PER SEMPRE. PLOREN PERQUÈ ESTAN TRISTOS I TU TAMBÉ POTS PLORAR AMB ELLS. NO PASSA RES PER EXPRESSAR ELS SENTIMENTS QUE ENS ENVAEIXEN. LA TEVA FAMÉLIA S'OCUPARÀ DE TU I LA PERSONA QUE HA MORT ESTARÀ EN LES VOSTRES CONVERSES, EN EL VOSTRE RECORD.

UNA ALTRA COSA MOLT IMPORTANT QUE HAS DE SABER ÉS QUE NO TOTHOM QUE VA A UN HOSPITAL ÉS PERQUÈ S'HA DE MORIR. NO ÉS VERITAT. ALS HOSPITALS HI ANEM A CURAR-NOS, PERÒ DE VEGADES HI HA MALALTIES GREUS QUE NO TENEN CURACIÓ.

EL TORNARÉ A VEURE?

No. Quan les persones moren ja no les tornem a veure mai més ni podem tornar a parlar amb elles, però ens em podem enrecordar, sobretot, de les coses boniques que hem viscut i après junts. Pots fer el teu propi recordatori, amb fotos, anècdotes i records especials

A ON SE N'HA ANAT?

Això és un misteri, a vegades s'explica que la gent que mor va a un altra vida o món que diuen que hi ha. No coneixem aquest lloc on ha anat perquè cap persona viva hi ha estat mai

LES PERSONES ES TORNEN A TROBAR QUAN S'HAN MORT?

Podria ser. No ho sabem segur, però ens agradaria pensar que sí.