

XERRADA GRATUÏTA a càrrec d'ÀNGELS MIRET

OBERTA A TOTHOM:
PARES, MARES, AVIS, ÀVIES,
MESTRES, EDUCADORS, ...

PARLEM DE LA MORT ? US ESPEREM !!!
COM HO FEM ?

Dimarts 26 de febrer a les 6h de la tarda a l'Escola Joaquim Vallmajó de Navata



Generalitat de Catalunya
Departament d'Ensenyament
ESCOLA JOAQUIM VALLMAJÓ
Carrer de les Escoles, 22

PARLEM DE LA MORT. COM HO FEM?

Mort

(del llatí mors, mortis, cessació de la vida) Fenomen biològic natural que implica la fi irreversible de les funcions vitals. És el final de l'organisme viu que s'havia creat a partir d'un naixement.

- ✓ La mort posa fi a la vida, a les nostres funcions vitals, i depenent de la creença de cadascú pot ser considerada com un pas definitiu o un pas més.
- ✓ Des de fa mil·lennis, l'autèntica naturalesa del que ve després de la mort ha estat una preocupació central de les tradicions religioses i filosòfiques d'arreu del món.
- ✓ La manera com visquem la mort (i les creences, actituds o pensaments que tinguem al seu voltant) ens condicionarà directament la nostra experiència vital: podem parlar-ne, viure amagant-la, o bé negar-la com si no hagués d'arribar mai.

Davant de la mort, hi ha estudis científics que defensen diferents posicionaments, ja sigui per afirmar l'existència d'una vida més enllà de la mort o bé per negar-la:

- ✓ Des d'una visió **materialista**, es considera que existeix consciència mentre hi ha vida i la persona està conscient i activa. Amb la mort o mort cerebral, la consciència desapareix.
- ✓ Des d'una visió **agnòstica**, només es creu en allò que es pot demostrar, de manera que no es nega ni s'afirma l'existència d'un déu.
- ✓ L'**ateisme**, per la seva banda, nega rotundament l'existència de deïtats o de qualsevol altre ésser sobrenatural.
- ✓ Des d'una visió **espiritual**, es considera que la nostra consciència o ànima és immortal. No podem parlar de la mort sense parlar de la vida, ni a la inversa.



[Diàleg entre fetus](#): Un text per reflexionar

Creences, actituds, pensaments...

- La vida per a mi és...
- La mort per a mi és...
- Pensar en la mort em fa por, em dona pau, curiositat...?
- Has vist morir a alguna persona? A quina edat?
- Recordes què o com et vas sentir?
- Quina seria la teva manera ideal de morir?
- Quines emocions, sensacions o paraules relaciono amb la mort?





**Doctora Elisabeth Kübler-Ross
(1926-2004)**

Doctora en Medicina i Psiquiatria, pionera en atenció a la mort i el dol, va establir que hi havia cinc fases per superar un dol (1960)

- ✓ Les nostres pors no detenen a la mort, però sí a la vida.
- ✓ Quan hem realitzat la tasca que veníem a fer a la Terra, abandonem el nostre cos que empresona la nostra ànima de la mateixa manera que el capoll de seda tanca a la futura papallona.





Anji Carmelo (doctora en Metafísica i escriptora experta en dol)

Luján Comas (metgessa anestesista especialitzada en cirurgia cardíaca)

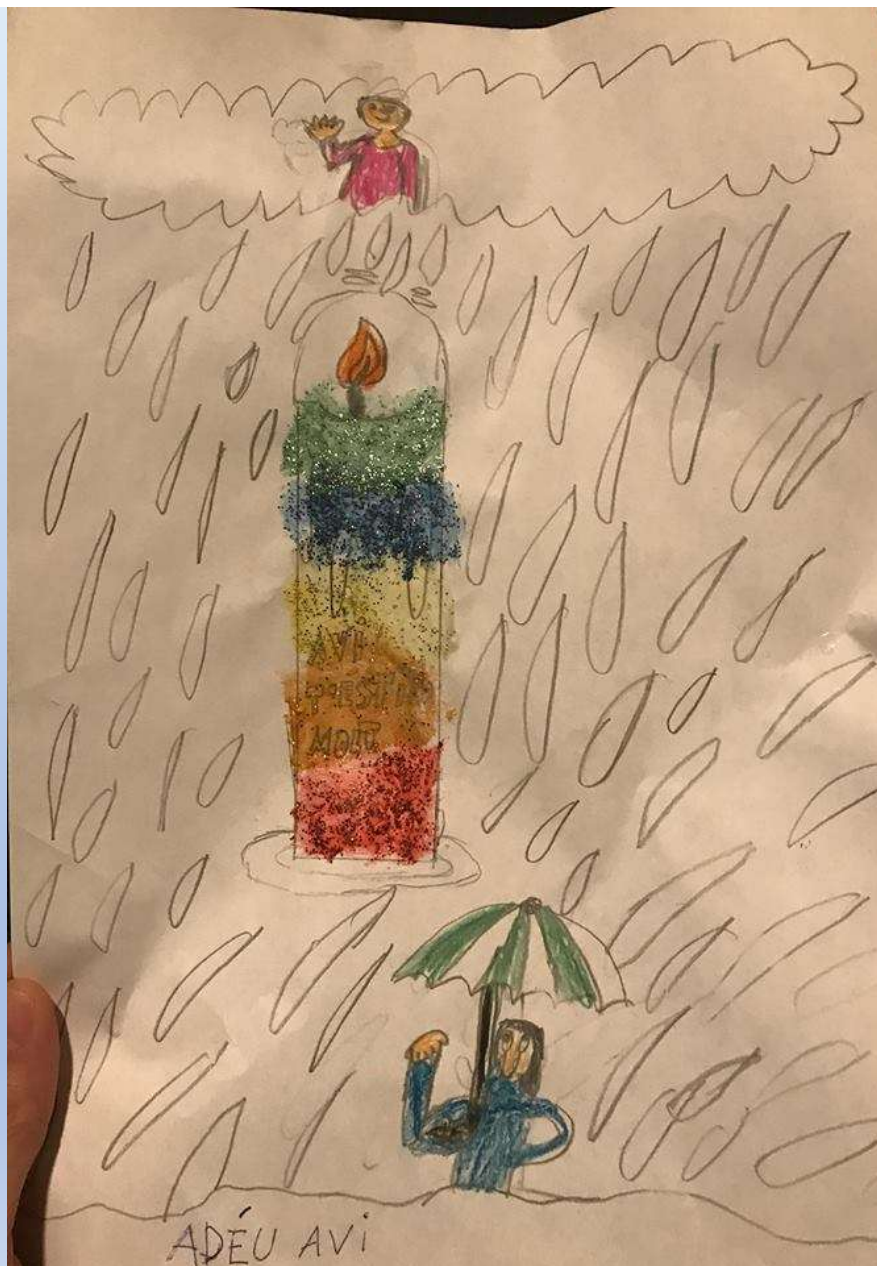
Van publicar conjuntament, el 2014, el llibre **¿Existe la muerte? Ciencia, vida y trascendencia**, en el qual expliquen que no som només un cos físic.

- ✓ Expliquen en el llibre que quan la persona mor, el cos físic queda allà, però allò que li donava vida, el que li donava moviment i energia, se'n va. I com que sabem que l'energia no es crea ni es destrueix, sinó que es transforma, aquesta part energètica segueix existint. No sabem on va, però sí que sabem que segueix existint.
- ✓ Tenim tota la informació necessària per saber que la mort com a final no existeix». Segons elles, hi ha moltes evidències científiques que amb la mort no acaba tot i que alguna cosa sobreviu. Som energia, i aquesta perdura

El dia que el meu pare va morir, tots vam morir una mica amb ell i hem anat fent un procés de dol que encara dura.

Jo estava trista pensant que els nens l'havien pogut gaudir massa poc, però sembla que en tenen un record molt profund i inesborrable, cosa que em sorprèn. La Joana encara no havia fet els sis i en té deu!

Avui he descobert aquest dibuix a la taula de la meva filla i li he preguntat si era antic.



- No -m'ha contestat-. És que quan tu no hi ets i marxes de viatge, torno a trobar a faltar més l'avi i per això li he fet aquest dibuix. Veus, Mami, ell és als núvols, content i sense mullar-se i jo m'he de protegir per no mullar-me. Les gotes són llàgrimes perquè jo estic trista però ell ja està content i aquesta espelma de colors que diu "Avi t'estimo molt" és com una escala de llum entre jo i ell. I a la Terra li dic "Adéu, avi" però només a la Terra!

Joana

- ✓ Parlar amb els nens i nenes de la mort genera més inquietud als adults que als mateixos infants.
- ✓ Ells no tenen por de parlar de la mort. Del que tenen por és de la inseguretat dels adults.
- ✓ El primer que fan quan s'enfronten a una situació de crisi, és mirar a l'adult. Si trobem una actitud d'acollida i protecció podran amb més seguretat elaborar les seves emocions.

Concepció Poch
Filòsofa i psicopedagoga.
Pionera al nostre país de la Pedagogia de la Vida i de la Mort
en el context educatiu





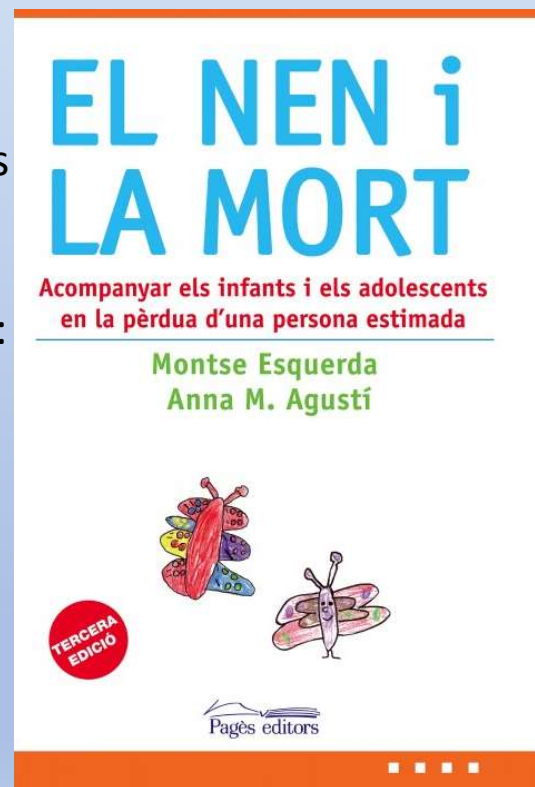
Anna Maria Agustí
Mestra i Psicopedagoga



Montse Esquerda
Pediatra, Dra en Medicina i Psicòloga

Per què parlar amb els nens de la mort?

- ✓ La mort forma part de la vida.
- ✓ És un tabú de la nostra societat que no facilita l'elaboració d'aquest concepte.
- ✓ La mort és present en mitjans de comunicació, en fets reals, en contes i jocs, però l'eludim com a tema quotidià.
- ✓ El nen que viu en la veritat és capaç d'afrontar la vida: el protegim quan en parlem, no quan ho evitem.
- ✓ Sempre és pitjor allò que un imagina que allò que es pot dir.
- ✓ Si ha pogut elaborar el concepte de mort, l'ajudarà a tenir un espai mental on situar les experiències de pèrdua.



Educar per a la finitud és l'única manera possible i sincera d'educar per a la vida.

- ✓ La finitud és mort, i també vulnerabilitat i comiat.
- ✓ Ser finit vol dir que no podem evitar que passi l'imprevisible.
- ✓ No podem controlar-ho tot, no podem planificar-ho tot.
- ✓ Estem sotmesos a l'esdeveniment que irromp de sobte, que arriba sense avisar i que tot ho canvia. Res torna a ser com abans.
- ✓ La finitud seria, dit en poques paraules, la manera que tenim els humans de ser al món.

Joan-Carles Mèlich
Dr en Filosofia i Lletres. Professor de la UAB



Subconceptes per comprendre el concepte de mort

- **Universalitat:** Tots els éssers vius moren.
- **Irreversibilitat :** No es pot tornar a la vida, una vegada mort.
- **No funcionalitat :** Quan un ésser viu mor, el cos ja no funciona.

- **Creences:** Es la mort un final?

Pèrdues i dols

Sentim que hem patit una pèrdua quan ens falta quelcom que teníem i que hi estàvem vinculats emocionalment: Pot ser una persona, un animal, un objecte, una situació, una feina...















0-2 anys

Necessiten:

- Vincles estables i segurs.
- Sentir-se estimat.
- Mantenir els horaris i la rutina de cada dia.
- Contacte físic.

- No existeix una comprensió de la mort.
- Reaccionen a l'entorn: mostren inquietud, irascibilitat, disminució de l'activitat, son precari (plors nocturns), pèrdua de pes...



- Entenen la mort com a temporal i reversible.
- La mort és similar al dormir.
- Els difunts continuen vivint d'alguna manera (el cel és un lloc concret).
- Pensament màgic.



Si pateixen una pèrdua significativa:

- Formulen preguntes concretes i repetitives : *Com menja? Té fred? Quan tornarà?*
- Trastorns alimentaris, de la son i del control d'esfínters (regressions).
- Rabiets freqüents
- Por a l'abandonament: *Tu també et moriràs?*)

Cal:

- Dir la veritat.
- Respondre les seves preguntes.
- Explicar la mort des de la no-funcionalitat.
- Contes com a recurs.

- Senten curiositat per la mort i s'interessen per les causes: *Què vol dir morir-se? On va una persona quan mor? Es pot fer alguna cosa per no morir-se?*

- Pensament cognitiu.

6 - 10 anys



- Comportaments agressius (emoció de ràbia).

- Disminueix rendiment escolar (dificultat en concentració i atenció, pensament dispers).

- Sentiments d'abandonament. Por.

- Manifestacions psicossomàtiques: mal de cap, mals de panxa, marejos, palpitations, dolor toràcic...

Necessiten:

- Expressar les emocions.
- Sentir-se estimats.
- Contacte físic.
- Compartir, preguntar, diàleg.

- Ja entenen la mort com a irreversible i universal.
- Maduresa cognitiva.



adolescents



- Estats emocionals alterats, (culpabilitat, ràbia, vergonya).
- Estats d'alteració i ansietat sobre la pròpia mort.
- Canvis de humor (emocions intenses, a flor de pell i molt canviant).
- Por al rebuig i a ser diferent.
- Trastorns alimentaris i del son.
- Conducta regressiva.
- Culpabilitat per haver sobreviscut.

Necessiten:

- Intimitat
- Compartir, dialogar.
- Expressar les emocions.
- Sentir-se escoltat.
- Estar amb el grup d'iguals.
- Control addiccions.

TIPUS DE DE PÈRDUES

(Tizón 2004)

Pèrdues relacionals

D'éssers estimats.

De relacions ambivalents.

Conseqüències relacionals de la malaltia, anomalia, trastorn o disfunció bio-psico-social.

Separacions i divorcis.

Abandonaments per part de progenitors o cuidadors.

Privacions afectives.

Abús físic i / o sexual.

Resultats relacionals de la migració.

Mascotes.

Pèrdues intrapersonals

En tota pèrdua significativa, i en particular:

En desenganys per persones.

Després de pèrdues corporals (amputacions / trasplantaments) o malalties limitadores.

En afectacions de l'ideal del jo.

Pèrdua de capacitats corporals, cognitives, el llenguatge, acadèmiques, professionals...

Pèrdues materials

De possessions i objectes materials amb alt valor simbòlic.
D'"objectes tresor".

Pèrdues evolutives

A cada transició psicosocial important:

Infància (períodes de desenvolupament infantil), adolescència, dependència de pares-independència, etc.

Pedagogia del dol

Facilitar espais i activitats que permetin:

- L'expressió de les emocions.
- Anomenar estats d'ànim, emocions i sentiments.
- Naturalitzar des de l'escolta i l'estar presents.

Pedagogia de la vida i de la mort

- El cicle de la vida i la natura.
- El comiat i el record.
- Les festes populars i rituals.

A través de...

- Xerrades i col·loquis
- Activitats plàstiques.
- Unitats didàctiques: a l'entorn les pèrdues.
- Curtmetratges, pel·lícules...





Cada 23 d'abril, els amics d'en Pol van al cementiri per recordar i "estar" una estona amb el seu amic que va morir quan tenia 9 anys.



[Ver la luz: Un llibre poètic d'Emma Giuliani que il·lustra la fragilitat i la bellesa de l'existència.](#)



[La princesa Malaika](#)

Alguns llibres recomanats



Moltes gràcies!



Àngels Miret Rial
angels.miret@gmail.com