

COM DONAR UNA MALA NOTÍCIA ESTANT CONFINATS A CASA



PER QUÈ?

Tots els infants tenen **dret a saber** si un familiar està malalt o ha patit un accident, si s'està morint o si s'ha mort. Si els donem la informació no se'n sentiran exclosos sinó acompanyats pels familiars

QUAN?

Donem la notícia **des de l'inici** facilitant que puguin fer el seu procés de dol de manera natural i personal. Si estem desbordats per la notícia, esperarem a comunicar-la fins que ens sentim capaços d'acollir l'infant en les seves expressions emocionals..



ON?

Triem l'espai de la casa on solem **estar en família**, evitant comunicar la mala notícia en l'habitació on l'infant sovint està sol (dormint, estudiant o jugant). Explicarem que tenim una mala notícia, referent al familiar.

COM?

- 1) Fem **pauses** mentre parlem, perquè l'infant tingui temps per processar cada informació.
- 2) Esperem a què faci alguna **pregunta**, o el convidem a fer-ne. Quan l'infant demana informació més detallada, li **respondrem** amb la informació que tinguem, i li estalviarem informació irrellevant si no la demana.
- 3) En aquesta conversa també **expressem** nosaltres els nostres sentiments, **normalitzant** la tristesa, l'enuig o la por com a reaccions naturals. Comunicar una mala notícia és un impacte emocional per l'infant, i també per nosaltres.
- 4) Podem comunicar la notícia **junts tots els adults** de la casa. La podem donar **als fills/es junts**, o bé donar primer la notícia al/la **més gran**, sobretot si hi ha diferència d'edats (adolescents), i després els convidem a donar junts la notícia al germà més petit.
- 5) Podem deixar per **més endavant** les expressions referents a **creences personals i/o familiars**.
- 6) Ens assegurem de **ser-li sincers** (no amagar-li informació demanada, ni inventar-nos una realitat) i **honestos** (potser ara no tenim la resposta, però la hi donarem quan la tinguem).



EL DOL EN ETAPES DE CREIXEMENT: DIFERÈNCIES SEGONS LES EDATS



3-5A



- No poden comprendre la **permanència de la mort**.
- Els **rituals** ajuden a què la mort sigui quelcom real.
- Parlen del progenitor difunt.
- **Cerquen un pare/una mare de substitució**.
- Problemes amb **malsons, queixes somàtiques**.
- **Manca de sincronicitat** entre els patrons d'aflicció de pares i nens.
- Els agrada que se'ls **recordi** la persona difunta.
- **Necessiten explicacions** sobre l'intens malestar patern/matern.

6-8A



- **Diuen i actuen** tal com senten.
- Són francs, **fan preguntes directes**.
- **Diuen voler morir/reunir-se** amb la persona en el cel.
- **Angoixa per separació**.
- **Plors i queixes somàtiques**.
- **Preocupació per seguretat** d'ells mateixos i dels altres.
- **Pèrdua d'autoestima**.
- **Parlen amb el progenitor difunt**.
- **Pèrdua del protector**, del cuidador.
- Les **possessiones són importants**.
- **Gaudeixen molt amb el record**.

9-11A



- Les **reaccions** sovint són **intenses**.
- És important que **participin en els rituals**.
- **Por a altres pèrdues**, supersticions.
- Necessitat de ser **valent/a**.
- L'escola és molt **important**.
- **Preocupacions per ells mateixos i pels altres**.
- **Identificació amb el pare/mare difunts**.
- La resposta d'aflicció és menor. **Enuig i agressivitat**.
- És important **posar límits**.

12-14A



- Necessitat de participar en els **rituals**.
- **Molts no parlen** del que pensen i dels seus sentiments.
- Moments d'**aflicció intensa i privada**.
- Molt **influenciats** pel seu grup d'iguals i la **cultura**.
- **Nova relació amb el progenitor supervivent**.
- Necessiten **ajuda en posar límits**.

15-17A



- El **temps d'aflicció** és similar als **adults**.
- **Aflicció intensa**.
- **Posen a prova els límits**, desplaçament de la **ràbia**.
- **Inseguretats** en les pròpies habilitats.
- Procés de **renegociació** amb el progenitor supervivent.
- **Internalitzen** el progenitor difunt i volen fer les coses bé per ells.
- **Preocupació** per estar a l'alçada de les expectatives: **llegat**.

FONT: CHRIST, G. H. (2000). HEALING CHILDREN'S GRIEF. SURVIVING A PARENT'S DEATH FROM CANCER. OXFORD UNIVERSITY PRESS.

e-mail: daulaosona@gmail.com

twitter: [@DaulaOsona](https://twitter.com/DaulaOsona)

