



RECOMANACIONS DEL SERVEI PSICOPEDAGÒGIC

Com actuar en cas que hi hagi un ingrés?

En algun moment de la pandèmia pot passar que algú de la família hagi d'ingressar a l'hospital. Les separacions en aquests moments són difícils per tots, especialment pels petits. Per aquest motiu, us envio algunes recomanacions que podeu tenir en compte a l'hora d'explicar-ho als vostres fills. Aquestes són:

- No mentir.
- Utilitzar un llenguatge adaptat a la seva edat.
- Preguntar primer per les preocupacions que té.
- Transmetre seguretat i confiança.
- Intentar en la mesura del possible que hi hagi un contacte regular amb aquesta persona a través de trucades, vídeos, missatges, etc.

Com comunicar la mort d'una persona estimada als nostres fills?

Afrontar la pèrdua d'alguna persona propera en aquests moments és més difícil que mai, l'arribada del Covid-19 i la situació de confinament ens impedeix ser al costat d'aquesta persona fins l'últim moment i envoltar-nos de les persones que estimem per fer-ne el comiat. Una qüestió que ens preocupa molt als adults és com explicar-ho als infants i adolescents, sens dubte trobar el moment adequat no és fàcil. En aquesta situació és important tenir present un seguit de recomanacions que poden ajudar els infants a recuperar-se de la pèrdua de la persona estimada:

- Les persones que li han d'explicar han de ser les que hi tinguin un vincle més proper. Cal comunicar-ho el més aviat possible en un lloc tranquil i privat, utilitzar un to de veu assossegat, un llenguatge senzill i apropiat a l'edat i estar atents a les seves necessitats de contacte físic.
- És millor que diem "s'ha mort" enlloc de "ens ha deixat" o "ha marxat", així evitem falses expectatives de retorn.
- Si no teniu la resposta a una pregunta no passa res, és millor reconèixer-ho.
- Fer que li quedi molt clar que no és culpa seva. Tot i que sembli obvi, pels menors no ho és tant.
- Donar l'oportunitat de parlar de la persona morta i ajudar a posar paraules a les seves emocions. No amagueu el vostre dolor i tristesa.
- Si l'infant mostra molta preocupació perquè la causa de la mort hagi estat el COVID-19, podem explicar-li que moltes altres persones amb la mateixa malaltia es curen, per evitar que pateixi de més si algun conegut o familiar vostre s'infecta.
- Explicar quins són els rituals habituals en aquesta situació i que en aquest moment no es podran realitzar. És important fer un ritual a casa per despedir-nos en el que els petits hi puguin participar, poden preparar algun detall que expressi el seu amor per la persona morta (un dibuix, una carta, etc.) i/o com es sent.
- Recordeu junts els bons moments viscuts amb la persona.
- Resoldre els dubtes i preocupacions que puguin tenir a mesura que vagin sortint.



Col·legi Cor de Maria la Bisbal
Centre concertat per la Generalitat de Catalunya
1 d'octubre de 2017, 2. 17100 . La Bisbal d'Empordà
972 640162 cordemaria@cordemarialabisbal.cat
www.cordemarialabisbal.cat



CordeMaria.cat
escoles

Desitgem que no hagueu d'utilitzar aquestes recomanacions, i que tant vosaltres com les vostres famílies us trobeu bé.

Per acabar aprofitem per comentar-vos que si teniu la necessitat de posar-vos en contacte amb el servei psicopedagògic del centre per alguna consulta podeu fer-li un correu a cati.mayans@cordemarialabisbal.cat o a comunicacio@cordemarialabisbal.cat.

Gràcies i cuideu-vos molt!