

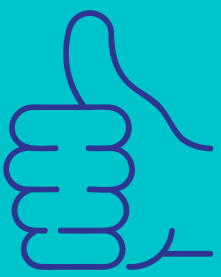
LA MORT I EL PROCÉS DE DOL EN ADOLESCENTS

EL CONCEPTE DE MORT EN EL PREADOLESCENT I ADOLESCENT



- Etapa de recerca de la identitat personal.
- Maduració cognitiva, coneixements "en pedaços".
- Pensament egocèntric "a mi no em passarà".
- Emocions intenses, a flor de pell i molt canviants.
- Es pot començar a plantejar la mort des d'un aspecte filosòfic i existencial.

FACTORS MEDIADORS FACILITADORS



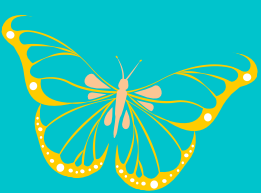
- El funcionament familiar: mantenir una bona comunicació, evitar mentir, respondre les preguntes i els dubtes, deixar que manifesti el dolor. Continuar amb les rutines i normes i límits.
- Que la mort hagi pogut estar comentada i preparada, quan és un procés terminal previsible o s'hagi treballat el concepte.
- La participació en rituals, oferir-li l'oportunitat d'assistir-hi i acompanyar-lo.
- Una bona relació amb el difunt abans de la pèrdua.

FACTORS MEDIADORS DIFICULTADORS



- Quan la pèrdua ha estat molt sobtada i traumàtica.
- Quan el temperament del jove és molt conductual o quan el menor ja havia presentat dificultats prèvies a la pèrdua.
- Quan el funcionament familiar és problemàtic. Absència de límits i normes.
- Molts canvis en el seu entorn més proper: família, escola, amics.

EL DOL: FASES I TASQUES



- El dol és un procés d'elaboració que requereix temps, rituals i processos psicològics.
- Les fases del dol (Kübler-Ross.1969): xoc, ràbia, negociació, tristor, acceptació.
- Les tasques del dol (Worden. 1997):
 - Acceptar la realitat de la pèrdua.
 - Treballar les emocions i el dolor de la pèrdua.
 - Adaptar-se a un entorn on la persona que ha mort ja no hi és.
 - Recol·locar emocionalment el difunt i continuar vivint.

LA MORT I EL PROCÉS DE DOL EN ADOLESCENTS

REACCIONS EN ELS JOVES



- La tristesa i el plor són les manifestacions més freqüents. Inestabilitat emocional.
- L'ansietat derivada de la pèrdua pot provocar por o preocupacions excessives.
- La culpa pot estar associada tant a esdeveniments reals magnificats com a retrets per coses que s'haurien pogut fer o dir.
- Dificultats en la conducta i el comportament.
- Sovint redueix el rendiment escolar i apareixen símptomes somàtics.

ELS RITUALS: FUNCIO PREVENTIVA EN EL PROCÉS DE DOL (DYREGROV. 2008)



- Tenen una funció de condol.
- Ajuden a fer real i deixar endarrere les fantasies.
- Estimulen a fer un bon treball de dol.
- Permeten expressar el dolor i la tristesa.
- Possibiliten acomiadar-se.
- Simbolitzen el pas de la vida a la mort.
- Estructuren una situació caòtica.
- Deixen rebre el suport i l'atenció expressades pels altres.

EINES PER ELABORAR EL DOL

- *Brainstorming*: on de forma anònima els alumnes poden plantejar preguntes/dubtes sobre la mort (dins d'una caixa).
- Tècniques narratives: permet l'expressió de sentiments, emocions, i pensaments, envers la situació, la persona morta, la mort en general...
 - Carta de comiat.
 - Carta a una emoció o a un pensament que l'alumne consideri rellevant en aquest moment vital.
 - Diari: permet ordenar les seves vivències.
 - Narrativa d'identitat: per fer-los conscients del canvi, l'alumne pot escriure qui és i com la mort d'una persona estimada ha afectat en la seva identitat.
- Treballar el concepte de la mort i l'expressió de les emocions mitjançant l'educació emocional, poemes, cançons, pel·lícules, l'art,...
- Treballar valors a partir de les reflexions sobre la mort, el sofriment, etc.
- Treballar l'educació emocional (reconeixement, gestió, regulació emocional).
- [Com podem treballar els conceptes de mort i dol al centre educatiu?](#)
- [Recursos per franja d'edat](#)