

Consells a tenir en compte per la gestió del dol infantil

•El dol genera emocions complexes, per això és necessari donar-li cabuda, reconèixer les emocions, posar-hi nom, acollir-les tal com són, acompanyar-les i facilitar una via d'expressió, ja sigui a través de la mateixa presència, la paraula, l'afecte, el joc, el moviment... Així, hem d'acollir i acompanyar el dol per créixer i viure'l de forma saludable.



Altres maneres de poder acompanyar les pèrdues és a través de propostes que facin explícit el propòsit d'acollir el dol, per exemple rituals simbòlics a través de dibuixos en record de la persona que ha mort, treballs amb fang, taller de flors, murals amb fotografies, espai per poder expressar-se amb el cos o escenaris amb contes.

Els contes són un gran recurs per poder dialogar i formular preguntes.



CONTACTA'NS

Biblioteca Central Tecla Sala
Av. de Josep Tarradellas i Joan, 44
08901 L'Hospitalet de Llobregat
Telèfon 934 032 630
<http://www.bibliotequeslh.cat>
TW @bibliotequeslh
FB @bibteclasala

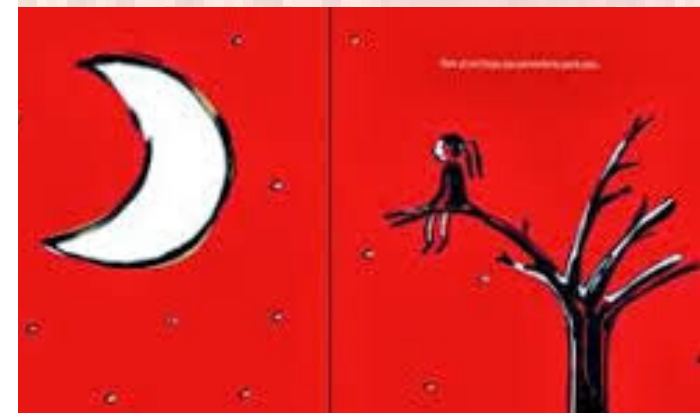
Espai Familiar de
L'Associació Educativa ITACA
C. Montseny, 22, 1er pis
L'Hospitalet de Llobregat
Telèfon 93 403 69 93 / 93 403 69 97
www.itacaelsvents.org
@EspaiFamiliarLH
@aeitaca



Biblioteca Central Tecla Sala

L'Espai Familiar a la Biblioteca

Guia de la sessió de dimecres
27 de novembre de 2019



El dol infantil.
Canvis i pèrdues

El dol infantil. Els canvis i les pèrdues

El dol és un procés natural i necessari que s'ha de poder mirar, respectar, acompanyar i on hem d'oferir espais perquè l'infant s'expressi.

Durant l'etapa 0-6, els infants viuran múltiples situacions on caldrà adaptar-se a canvis, separacions o pèrdues.



Aquestes poden ser mes o menys evidents per nosaltres com a adults, però convé prendre consciència de la rellevància d'acompanyar i acollir les emocions que aquestes els hi poden generar.

Què passa durant el dol?
Podem identificar expressions emocionals d'allò que està sentint l'infant en relació a una pèrdua important perquè sovint van associades a unes etapes o fases que ens ajuden a comprendre què està passant.

A continuació destaquem 4 moments que poden facilitar una major comprensió de les diferents maneres de viure el dol (basat en Paniagua, G, 2009):



El xoc. És una sensació de bloqueig i desorientació que sovint afecta la comprensió dels missatges que un està rebent.

La negació. Aquesta reacció pot durar poc temps o molts mesos. En aquest cas, la persona procura viure el seu dia a dia com si res hagués passat.

La reacció emocional. És el moment en què un s'adona de la pèrdua, pren consciència i reacciona amb un reguitzell d'emocions a vegades descontrolades.

Fase d'adaptació i orientació.
Després de viure molt intensament algunes reaccions emocionals, la persona va adquirint la suficient calma emocional per poder afrontar la situació i avançar cap a una visió més realista i pràctica.

Contes per tractar el dol infantil

