

àmbits

de psicopedagogia

AJUDANT A QUE ELS PROCESSOS DE DOL SIGUIN "SALUDABLES"

Josep Lluís Barrasa

Dolors Gispert

EAP B-40. Esplugues de Llobregat-Sant Just Desvern

La mort forma part d'existir i és contínuament present en el nostre entorn. La dinàmica actual de la nostre societat de viure "intensament i a tot gas" i de no enfrontar-nos al sofriment, fa que els nostres infants i joves estiguin poc habituats i preparats pel que significa el sofriment de la pèrdua.

PER QUÈ PARLEM D'AQUEST TEMA?

El dia 20 de desembre d'aquest curs escolar, justament a l'hora de l'entrada a les escoles, tot el país i, més concretament la ciutat de Barcelona i els seus entorns immediats, es van sentir colpejats per l'atemptat que va costar la vida al guàrdia urbà, Miguel Gervilla. Els seus fills es van assabentar quan ja estaven, l'un, en Carles, a l'IES i el petit, l'Óscar, a l'escola Montseny. No solament la família i els fills, sinó els companys, els mestres i professors, els centres i el poble de Sant Just Desvern, van sentir-se molt directament implicats en la barreja de sentiments que un fet com aquest provoca.

El que ens ha motivat a reflexionar i escriure sobre el binomi mort i assessorament psicopedagògic és el poder compartir algunes idees sorgides a rel de la intervenció que des de l'EAP vam realitzar a l'escola Montseny i a l'IES de Sant Just Desvern amb aquest motiu.

Podríem afirmar que, davant la mort, la nostra cultura adopta posicions ambivalents: l'acceptem, d'una banda, com un fet irremeiable que, tard o d'hora ens arribarà a tots. Però, de l'altra banda, fem transcórrer la nostra existència com si mai hagués de passar o com si fos quelcom que només li passa als altres. Els mitjans de comunicació ens fan molt present la mort, bé en els telenotícies - catàstrofes, guerres, accidents-, bé en les pel·lícules, però d'una forma que podríem qualificar com "virtual", llunyana a la nostra realitat o reflexió i amb poques possibilitats de compartir els sentiments. A més, l'ordenació de la vida urbana actual fa que, normalment, el procés de la mort es faci en llocs "especialitzats", allunyats també de la vida diària -els hospitals, durant la malaltia i els sanatoris, fins el moment de l'enterrament.

Algunes vegades, a través de la conversa amb els alumnes o en entrevistes amb pares i mares o en activitats d'assessorament als mestres, ens hem trobat amb dites o expressions o consultes, que ens han fet veure que el tema de la mort no estava tractat d'una forma "saludable". Així, per exemple, quan hi ha alumnes, no sempre petits, que parlen de l'avi que ha mort, dient que "ara està als núvols o de viatge". O quan alguna família consulta si li ha de dir al nen que l'àvia ha mort i com li té que dir. O quan les mestres no saben què fer al tenir coneixement que ha mort la mare d'un alumne...

1- REFLEXIONS SOBRE L'ASSESSORAMENT AL PROFESSORAT

1.1. Observem posicions i actituds diferents dels educadors sobre la seva intervenció davant la mort

És possible que, al llarg del curs escolar, es produeixi algun fet dolorós que afecti a algun dels alumnes de la classe: la mort, per causes diverses, d'algun familiar afectivament proper o, més excepcionalment, la mateixa desaparició d'algun alumne o com en el cas que ens ocupa, va ocórrer la mort del pare d'uns alumnes en un atemptat terrorista.

Els educadors tenen, com a conseqüència de les experiències personals, els seus propis plantejaments sobre la mort i com abordar-la davant els alumnes. Pressuposant sempre uns objectius educatius, podríem agrupar així, de forma esquemàtica, aquests plantejaments:

- Els nens no són massa conscients del que representa la pèrdua. La millor manera d'ajudar-los a superar el trauma és no fer-ne cap cas i actuar com si res no hagués passat.
- El dolor de la pèrdua és quelcom molt personal i és en l'àmbit de la família on s'ha d'abordar. A l'escola, millor no "tocar" aquest tema.
- Com un fet que afecta a un alumne en particular, l'educador/a manifesta a l'alumne, individualment, la seva comprensió i l'ànima a superar els moments delicats pels quals està travessant.
- A més del tractament individual, l'educador/a creu adient realitzar alguna intervenció amb el grup-classe, de forma que els companys puguin reflexionar i expressar els sentiments que el fet els fa evocar.

1.2. La tutoria, un espai que cal aprofitar

El rol de tutor/a i l'espai de tutoria de grup són també aquí molt importants i aprofitables. Creiem que el tutor/a ha de realitzar alguna mena d'intervenció quan s'assabenta que algun dels seus alumnes ha sofert la pèrdua d'algun familiar afectivament significatiu per a ell/a (pare, mare, germà, avis...).

Suggerint formes d'intervenció amb els alumnes:

Amb l'alumne individualment

Normalment, potser serà suficient una breu trobada amb l'alumne afectat, per fer-li saber que s'està informat, que s'entén el seu sentiment i que s'està a la seva disposició per si vol parlar sobre aquest tema.

Si es nota en l'alumne alguna reacció no habitual i que es va perllongant més enllà del que és raonable, com ara, decaïment o diferents formes de cridar l'atenció, en funció de l'edat de l'alumne, s'aprofitarà una ocasió favorable per invitar-lo a mantenir una entrevista una mica més "formal". Si l'alumne ho accepta, fora una ocasió interessant per parlar sobre el que aquest familiar representava per ell/a, quins canvis s'han produït a la família, felicitar-lo per algunes actuacions adequades, tornar a plantejar els límits, etc. Se li poden oferir altres formes d'expressar els sentiments, com ara, escriure un diari personal,... El que es pretén és que l'alumne vegi que se n'és conscient del que està passant i de la seva realitat, que s'està a prop dels seus sentiments i per recordar-li allò que s'espera d'ell en aquests moments.

Segons els casos, podria ser aconsellable compartir amb la família aquestes observacions i les formes d'actuació que es consideren adients.

Excepcionalment, caldrà preveure la possibilitat d'oferir a la família la conveniència de comptar amb ajuda terapèutica.

Amb el grup - classe

Dins l'espai de tutoria, quan es produeix la mort d'algun familiar d'algun alumne/a, creiem que també s'hauria de fer alguna intervenció amb tot el grup d'alumnes, en presència del noi/a.

Què fer i com fer-ho, dependrà de l'edat dels nens, les circumstàncies de la mort i les seves repercussions afectives i socials. Exposem un ventall de possibilitats:

- Informar de la mort del familiar i manifestar la solidaritat en moments de dolor.
- Afavorir que, amb aquest motiu, els alumnes puguin parlar expressant els sentiments que aquest fet els evoca i les seves pròpies experiències.
- Suggestir que puguin expressar els seus sentiments al company afectat, mitjançant algun escrit o dibuix...
-

Del que es tracta, en definitiva, és d'acompanyar l'alumne afectat en el seu procés d'elaboració del dol i d'afavorir en la resta de companys la reflexió sobre el que la pèrdua representa en la vida de les persones, al mateix temps que es manifesta la solidaritat entre iguals, també en aquests moments dolorosos, de igual manera que es fa en d'altres moments més alegres de la vida (aniversaris, per exemple).

2. L'ASSESSORAMENT A LES FAMÍLIES DAVANT LA PÈRDUA

2.1. S'assessora quan hi ha demanda

Els tutors i tutores són qui estan en contacte directe amb els alumnes i les seves famílies. És, doncs, a partir de la tutoria que es detecta la conveniència o necessitat de proporcionar suport a un alumne concret o la seva família, com a conseqüència de la pèrdua d'un familiar proper. Els símptomes poden ser també molt diversos: canvis importants i perllongats en la forma de comportar-se habitual del noi o la noia, somatitzacions, certes formes noves d'absentisme, etc.

En la majoria dels casos, la intervenció dels tutors és un recurs positiu i suficient, tant per l'alumne com per la seva família. En algunes circumstàncies, si el tutor/a ho creu convenient, comunica a la família la disponibilitat de l'EAP, per tal de complementar l'actuació tutorial. Així, si la família vol, i veu la necessitat poden contactar amb nosaltres.

2.2. Posicions i actituds de les famílies davant la mort.

Els que han sofert la pèrdua, poden enfocar la mort bàsicament sobre aquests eixos, encara que la concreció en la realitat pot ser diversa:

- Negació i ocultació del propi "fet de la mort". La mort es vincula a viatge, dormir, malaltia,...
- Malgrat hi ha una consciència de la mort, hi ha un plantejament de presència constant, de no finitud, i en el fons de negació "a acabar de perdre". Ho exemplificaria expressions com: "és a un núvol i veu el que nosaltres fem", "no podem anar a...perquè estem de dol..."
- Hi ha consciència de la mort, com a fet irreversible. S'és conscient dels sentiments que la pèrdua provoca, es permet la seva expressió sota diferents formes, es fa el normal procés de dol. Al mateix temps s'accepta que la vida continua i es replanteja la nova situació i les seves conseqüències en els aspectes personals, escolars, laborals, socials.

Prendre una o altre posició implicarà, com és obvi, processos de dol diferents en els quals es conjuguen elements personals i socials alhora. Podríem citar: l'emocionalitat no resolta, les qüestions que han pogut quedar pendents, la possibilitat de comunicar-se (no parlar-ne gens, com si no hagués passat res ni existit mai o bé de parlar-ne en excés), etc. Són les actituds pròpies i les de l'entorn que possibiliten que el procés de dol sigui més o menys saludable.

Aquí voldríem remarcar:

- El fet d'assumir la pèrdua suposa voluntat de lluitar, de tirar endavant per part de la persona afectada. Això precisa un cert temps.
- L'entorn ajuda si és capaç de realitzar actituds d'aquest tipus:
- Una "escolta qualitativa", un equilibri entre acompanyar en silenci i l'art de preguntar i comunicar-se. Tenir més interès en facilitar la comunicació verbal o no verbal de l'altre, que en fer manifestacions pròpies.
- Posar "límits saludables" a prendre decisions precipitades, a no obsessionar-se, a no aïllar-se de tots i de tothom,...
- Ajudar a comprendre les reaccions d'un mateix, dels fills, dels altres,...
-

2.3. A la família es produeixen canvis

La mort d'un familiar proper implica canvis importants en el medi familiar. És sempre necessari un temps per fer el dol i refer la ferida afectiva que provoca la pèrdua d'aquest familiar. Hi ha, però, uns altres canvis a tenir en compte: els que poden afectar a l'economia de la família, segons hagi estat el seu nivell d'aportació o despesa econòmica o com queda la nova situació (si tindrà que treballar o deixar de fer-ho el pare o la mare, per tal de poder atendre els fills); els canvis relacionats amb les rutines de la convivència diària (qui estarà amb els fills al matí o al vespre, qui els acompanyarà a l'escola, etc.); els canvis en les relacions afectives i socials que la família havia mantingut fins aquest moment...

2.4. Cada membre de la família és diferent

Aquesta observació, que és axiomàtica en la nostra professió, cal que ens la recordem també al tractar aquest tema. Es donaran reaccions ben diferents davant una pèrdua, per part dels diferents membres d'una mateixa família. Des de qui tindrà necessitat de manifestar la seva tristesa mitjançant plors o un estat global depressiu, qui verbalitzarà els seus sentiments a les persones de més confiança, qui no exterioritzarà canvis anímics significatius, etc.

2.5. Assessorant la família

L'entrevista amb la família, quan s'ha produït la demanda, es realitza sota un clima d'escolta qualitativa, facilitant la comunicació i les manifestacions pròpies de la persona afectada (verbals o no verbals). Que ella vagi trobant les paraules que li permetin expressar i anar definint el seu estat, els sentiments, les emocions, el que li preocupa, els dubtes, la relació amb els fills i filles...

Com és lògic, ja que ens movem en un context escolar, a mesura que es va desenvolupant l'entrevista, aquesta es centra en els fills: com estan vivint la pèrdua i com actuar davant certes reaccions.

L'assessorament no és qualitativament diferent de la resta d'intervencions que l'EAP desenvolupa amb les famílies dels alumnes. En el marc de la comunicació pare-mare-fills, recordem alguns dels temes, que, possiblement, s'abordaran:

- Ajudar a entendre l'expressió i vivència d'emocions, estats d'ànim i sentiments, tals com negació, abandó, ràbia, depressió, hostilitat...
- Facilitar l'assoliment de la realitat de la mort (ajudar a acomiadar-se, tot i acceptant el ventall de sentiments que poden sorgir),
- Orientar i donar criteris en relació a la nova dinàmica familiar.
- Readaptar les rutines familiars: aixecar-se, anar a l'escola, àpats, temps lliure, deures, activitats extraescolars, caps de setmana i vacances...
- Saber posar límits saludables: dormir cadascú al seu llit, sancionar quan és necessari...

Ajudar a refer la vida familiar i personal de cadascú, suggerint idees i actuacions que els fills poden anar assumint.

PER ACABAR

Us volíem comentar que la demanda d'intervenció davant les situacions de crisi, com la que va representar la mort d'en Miquel Gervilla per atemptat d'ETA, fan sorgir molts dubtes sobre l'actuació en l'assessorament, ja que convergeixen els referents personals i els criteris que hom té en el marc d'intervenció psicopedagògica.

Pensem que aquests tipus d'assessorament, davant situacions de crisi, necessita també orientacions dels experts en el tema. Nosaltres des de l'EAP vam recórrer a dues especialistes, M. Antònia Plaxats i Concepció Poch, que han publicat sobre el tema del sofriment, la pèrdua, la mort i el dol .

Algunes idees que elles ens van aportar en l'assessorament als centres educatius les hem inclòs en les nostres reflexions. Us facilitem la bibliografia que elles ens van suggerir.

El seu assessorament ens va donar confiança i seguretat en les diferents actuacions que es van desplegar des dels centres i ens ha aportat noves vies de reflexió.

Només afegir que les actuacions que es van realitzar en els centres educatius es centren en dos espais de temps: el durant i el després.

Els àmbits d'intervenció en que vam participar en l'assessorament són: la mare, els fills, els companys i la tutoria, els pares i el claustre escolar.

Algunes lectures sobre aquest tema:

- POCH, Concepció, **De la Vida i de la mort. Reflexions i propostes per a educadors i pares.** Barcelona. Claret. 1996.
- KÜBLER-ROSS, Elisabeth, **Una nueva visión del duelo,** Barcelona. Luciérnaga, 1999
- KÜBLER-ROSS, Elisabeth, **La mort, una albada.** Barcelona. Luciérnaga. 1993
- JOMAIN, Christiane, **Morir en la tendresa.** Vic. Eumo. 1998.
- LEE, Carol. **La muerte de los seres queridos – Cómo afrontarla y superarla.** Barcelona. Plaza y Janés. 1995.
- WORDEN, William J. **El tratamiento del duelo: asesoramiento psicológico y terapia.** Barcelona. Paidós. 1997.
- COSIDO, J i PLAXATS, M.A., **"El niño y la muerte (de 0 a 7 años)"**, Revista Aula de Innovación Educativa, núm. 87, pag 16-18. Barcelona
- PLAXATS, M.A. i POCH, C. **"Els infants també parlen de la pèrdua, el sofriment i la mort"**. Revista Infància-Educació de 0 a 6 anys, núm. 104, set.-oct 1998, pàg. 33- 37. Barcelona. Associació de Mestres de Rosa Sensat.
- MELICH, J.C i POCH, C. **"La necessitat d'una pedagogia de la mort a l'escola"**. Perspectiva Escolar, núm. 188, oct. 1994, pàg. 46-51. Barcelona. Associació de Mestres Rosa Sensat.