

El dol en infants de 6 a 9 anys d'edat al context del COVID-19

Infants de 6 a 9 anys

Entre els 6 i els 9 anys, els infants ja van desenvolupant la seva autonomia per a la majoria de les seves rutines d'autocura. El llenguatge ja està desenvolupat i parlen i comprenen conceptes cada vegada més abstractes i simbòlics. El pensament es torna més flexible i reflexiu. A nivell cognitiu és una etapa de grans aprenentatges. Volen saber i tenen molta curiositat pel món dels adults. Les pors encara són part del desenvolupament emocional en aquesta etapa, però ja diferencien realitat de fantasia.

El dol entre els 6 i els 9 anys

- Comencen a entendre que la mort *ja no té retorn*, i que és per sempre
- Ja entenen que el cos *deixa de funcionar*
- Encara no integren la idea de la seva pròpia mort, però els angoixa pensar que algú proper o un cuidador pot morir també (persones grans)
- El seu món encara és egocèntric → el sentiment de culpa és més habitual.
Ex. "si no m'hagués vingut a buscar al cole, no s'hauria contagiat"
- No els enganyeu i eviteu metàfores, els confonen i els frustren
- Buscaran explicacions per tot, tindran dubtes i preguntaran
Si no ho fan pot ser que sigui pel por a entristir a l'adult
- La mort els desperta molt interès i curiositat
- Faciliteu que facin preguntes i responeu-les amb franquesa i claredat



Particularitats del dol per COVID-19

Poden aparèixer pors sobre el contagi i la mort. Aclariu que la malaltia ha estat en el difunt *molt i molt greu*. Encara que no ho expressin, pot ser que tinguin idees personals sobre el motiu de contagi/ mort del difunt. O sobre com aquest es va sentir ex. "devia pensar que no l'estimo perquè no em vaig acomiadar"

Els ritus funeraris i de comiat estan alterats. Encara que no es facin de forma tradicional, necessitaran sentir-se inclosos. Convideu-los a participar y deixeu que ells triïn si desitgen fer-ho i de quina manera (ex. Escriure/ llegir una carta).

Com comunicar la mort d'un familiar

- Què:** explicació clara, breu i real
- Qui:** progenitor o cuidador habitual, que estigui tranquil
- On:** un lloc íntim i tranquil, confortable
- Quan:** tan aviat com es pugui, no espereu
- Com:** amb calma i claredat, doneu-li espai per a què faci preguntes

Reaccions normals en aquesta etapa, després de patir una pèrdua

- Tristesa i plor (de vegades s'amaguen)
- Negació "com si no hagués passat"
- Confusió i angoixa
- Problemes de comportament
- Ràbia i esclats
- Malestares físics: cap, panxa...
- Dificultats per a concentrar-se
- Davallada del rendiment escolar
- Canvis en el son i la gana
- Curiositat "morbosa" per la mort
- Intents excessius de responsabilitat
- Preocupació per la salut d'altres