

EI GIPEC IB, també al servei de la comunitat educativa

Joan Antoni Sancho

RESUM

Aquest article pretén descriure de manera breu tot el que fa referència a la psicologia d'emergències, des d'uns aspectes introductoris històrics en l'àmbit nacional i autonòmic, passant per situacions de grans emergències que s'han produït, fins a arribar al funcionament del Grup d'Intervenció Psicològica en Emergències i Catàstrofes de les Illes Balears (GIPEC IB), del Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (COPIB), i les intervencions que fa, i la descripció d'un blog que utilitza com a recopilatori de documentació.

Es descriuen igualment actuacions que s'han dut a terme en centres educatius, les competències personals del professional de la psicologia d'emergències i una explicació sobre què són els primers auxilis psicològics. També s'exposa informació bàsica en relació amb el dol, les seves fases i què s'entén per "elaborar una pèrdua". El text acaba amb una informació sobre pautes d'actuació als centres escolars i organització de rituals en el cas de successos traumàtics.

Un aspecte inherent a l'article és donar a conèixer el servei que presta el GIPEC IB perquè la comunitat educativa sàpiga que existeix aquest recurs i pugui sol·licitar la seva intervenció en cas de necessitat.

RESUMEN

Este artículo pretende describir de manera breve todo lo que hace referencia a la psicología de emergencias, desde aspectos introductorios históricos en el ámbito nacional y autonómico, pasando por situaciones en que se han producido grandes emergencias, hasta llegar al funcionamiento del Grupo de Intervención Psicológica en Emergencias y Catástrofes de las Illes Balears (GIPEC IB), del Colegio Oficial de Psicología de las Illes Balears (COPIB), y los tipos de intervenciones que realiza, y la descripción de un blog que utiliza como recopilatorio de documentación.

Se describen igualmente actuaciones que se han llevado a cabo en centros educativos, las competencias personales del profesional de la psicología de emergencias y una explicación de qué son los primeros auxilios psicológicos. También se expone información básica relacionada con el luto, sus fases y qué se entiende por "elaborar una pérdida". El texto termina con una información sobre pautas de actuación en los centros escolares y organización de rituales en el caso de sucesos traumáticos.

Un aspecto inherente al artículo es dar a conocer el servicio que presta el GIPEC IB para que la comunidad educativa sepa que existe este recurso y pueda solicitar su intervención en caso de necesidad.

I. ANTECEDENTS DE LA PSICOLOGIA D'EMERGÈNCIES

A Espanya, l'any 1971, mitjançant el Telèfon de l'Esperança, hi ha iniciatives d'atenció en crisi; a principi dels anys noranta, els dispositius de Protecció Civil incorporen professionals de la psicologia en plans d'actuació davant emergències.





El punt de partida es considera que va ser el desastre del dia 7 d'agost de 1996 al càmping Las Nieves, a Biescas (Osca, Aragó), en el qual moriren 87 persones. A partir d'aquí, hi ha una demanda social d'ajuda psicològica de característiques noves i, posteriorment, una valoració positiva de la intervenció dels psicòlegs per part dels afectats i dels mitjans de comunicació.

És a partir d'aquí que es desenvolupa la intervenció del psicòleg en situacions d'emergència i desastres, de tal manera que, en l'actualitat, es preveu com un recurs més en la gestió de les emergències massives.

2. SITUACIONS DE GRAN EMERGÈNCIA

Després del desastre de Biescas s'han produït a Espanya diferents situacions, accidents i atemptats que han suposat una gran participació de professionals de la psicologia d'emergències. En destacaria els següents:

- Atemptat de l'11 de març de 2004. Varen ser una sèrie d'atacs terroristes en quatre trens de la xarxa de rodalies de Madrid duts a terme per una cèl·lula terrorista. 193 persones varen morir i 2.057 varen resultar ferides. El Col·legi Oficial de Psicòlegs de Madrid va organitzar un dispositiu de coordinació d'emergència en què participaren 948 psicòlegs.
- Accident en el metro de València el 3 de juliol de 2006. Es va produir l'accident d'un comboi de Ferrocarrils de la Generalitat Valenciana a la ciutat de València. 41 persones varen morir i 47 varen resultar ferides. L'equip d'intervenció en catàstrofes del Col·legi Oficial de Psicòlegs de València va atendre unes 400 persones amb uns 18-20 psicòlegs.
- Accident del vol 5022 de Spanair el 20 d'agost de 2008 a Madrid. Va sofrir un accident immediatament després de la maniobra d'enlairament. 154 persones hi varen morir. El Col·legi de Psicòlegs de Madrid va participar en les tasques d'ajuda als familiars posant en marxa un dispositiu d'atenció en el qual van col·laborar 183 psicòlegs i 19 coordinadors de grup.
- L'accident ferroviari de Santiago de Compostel·la (o accident d'Angrois) es va produir el dimecres 24 de juliol de 2013 quan un tren Alvia que viatjava de Madrid a Ferrol va descarrilar a uns tres quilòmetres de l'estació de Santiago de Compostel·la. Hi va haver 80 morts i 140 ferits. Varen participar-hi 42 psicòlegs del Grup d'Emergències del Col·legi Oficial de Psicòlegs de Galícia (GIPCE), així com de la UMAD de l'Ajuntament de Santiago i també de la Creu Roja.
- Accident aeri, el 24 de març de 2015, del vol 9525 de Germanwings procedent de Barcelona i amb destinació Düsseldorf (Alemanya). El copilot d'un A320-211 va estavellar l'avió contra els Alps francesos i causà la mort dels 144 passatgers, de l'altre pilot i dels quatre tripulants de cabina a bord de l'avió. Els familiars varen rebre el suport psicològic del personal del Servei d'Emergències Mèdiques (SEM) de la Generalitat de Catalunya i de l'Equip de Resposta Immediata en Emergències (ERIE) de la Creu Roja.

- Atemptat a la Rambla de Barcelona el 17 d'agost de 2017. Hi hagué un atropellament massiu deliberat a la Rambla de Barcelona. Hi van morir 15 persones i més de 100 van resultar ferides. S'activaren psicòlegs des de diferents organismes: Ajuntament de Barcelona; la Divisió de Gestió de Crisi, que s'ocupa de la coordinació de la xarxa nacional de psicòlegs d'urgències i emergències de PSYA; el servei de psicologia d'emergències del SEM (Servei d'Emergències Mèdiques de la Generalitat) i el Col·legi de Psicòlegs de Catalunya.
- Inundacions a la comarca de Llevant de Mallorca el 9 d'octubre de 2018. El fet va produir la mort de 13 persones. Es va activar el GIPEC IB amb la participació de 16 psicòlegs sota la coordinació de la Direcció General d'Emergències del Govern de les Illes Balears (es descriu posteriorment amb més detall).



Són alguns exemples d'emergències que han evidenciat la rellevància de cobrir les necessitats psicològiques de les víctimes i també dels intervinents, entenent com a tals bàsicament el personal sanitari, les forces de seguretat, els bombers i els membres de Protecció Civil.

La intervenció psicològica en situacions de crisi i catàstrofes és de gran importància, no sols per a evitar més sofriment de les persones afectades en els primers moments i afavorir la manifestació adequada de les emocions, sinó també per a prevenir i minimitzar les possibles conseqüències psicològiques posteriors.

3. ELS COL·LEGIS PROFESSIONALS DE PSICOLOGIA I ELS GRUPS D'EMERGÈNCIES

El Consell General de la Psicologia d'Espanya constitueix l'òrgan coordinador i representatiu dels col·legis oficials de psicologia.

En el Consell General hi ha establert l'Àrea d'Intervenció Psicològica en Emergències i Catàstrofes, que té com a objectiu avançar i aprofundir en els canvis que es produeixen tant en la societat com en la mateixa professió, amb la intenció de consolidar l'estatus del professional de la psicologia en l'àmbit de les emergències tant quotidianes com extraordinàries.



L'Àrea d'Intervenció Psicològica en Emergències i Catàstrofes està constituïda pels representants (titulars i suplents) de l'àrea dels diferents col·legis autonòmics, i Javier Torres Ailhaud (degà del COPIB) n'és el coordinador actual.

A les Balears, l'any 1998, al Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (COPIB) es constitueix el Grup d'Intervenció Psicològica en Emergències i Catàstrofes (GIPEC IB), en el marc d'un conveni

amb la Direcció General d'Emergències de la Conselleria d'Interior del Govern de les Illes Balears. A l'efecte d'organització interna, hi ha el Grup GIPEC IB per a grans emergències i el Grup GIPEC IB I I2, com a subgrup de l'anterior, per a emergències quotidianes.

4. EL GIPEC IB I I2



El GIPEC IB I I2 està format per professionals de la psicologia repartits per les quatre illes amb possibilitat de resposta immediata les 24 hores del dia els 365 dies de l'any i formats en emergències: 31 a Mallorca, 10 a Menorca, 8 a Eivissa i 3 a Formentera. Antònia Ramis Oliver és la responsable del grup i la vocal de la Junta de Govern del COPIB de l'àrea d'emergències.

Per formar part del GIPEC IB s'ha efectuat una selecció amb professionals de la psicologia que han manifestat voluntàriament la intenció de participar-hi; entre d'altres requisits, s'ha de demostrar una elevada formació en emergències.

El GIPEC IB I I2 es reuneix una vegada al mes per planificar el torn de guàrdies i a la vegada analitzar les diferents actuacions dutes a terme el mes anterior, per treure'n opcions de millora per al futur.

5. TIPUS D'INTERVENCIIONS DEL GIPEC IB

Segons la licitació amb la Conselleria d'Administracions Públiques i Interior, el grup GIPEC IB I I2 intervé amb persones que necessiten atenció psicològica arran de situacions derivades d'accidents, comunicació de males notícies, intervenció amb malalts mentals, assassinats, morts sobtades (d'adults, adolescents o nins), intents autolítics (consumats o no), intervenció amb menors víctimes de situacions traumàtiques, situacions de violència o que requereixin una intervenció psicològica immediata i d'urgència, o suport en el dol.



Només intervé en el temps que dura la situació crítica, ja que l'atenció psicològica posterior a l'emergència en algunes situacions es du a terme a partir de la decisió de la direcció general competent en menors i família, en el marc d'un programa de suport i intervenció psicològica postemergències.

Aquestes intervencions, en les quals he estat activat alguna vegada, representen un repte personal i professional important per al psicòleg o la psicòloga que hi intervén, perquè desconeix les circumstàncies que trobarà al lloc dels fets. Cada situació pot ser nova, imprevista; però, una vegada que acaba la intervenció, l'agraïment tan sincer de les persones a les quals s'ha pogut ajudar, en uns moments emocionalment molt complicats per a elles, compensa totalment l'esforç i dona sentit al treball fet.

Unes altres intervencions serien les que podria haver-hi en cas de grans catàstrofes, com va ser el cas de les inundacions de la comarca de Llevant a Mallorca, i que s'explica posteriorment.

Les intervencions del GIPEC IB 112 entre l'any 2015 i l'any 2019 han estat 1.027. Les activacions que destaquen més són les 367 relacionades amb el suport en el dol a familiars, bàsicament per morts produïdes en accidents; això representa un 35,8 per cent de totes les intervencions. També cal destacar, en segon lloc, les 336 intervencions relacionades amb intents autolítics o suïcidis consumats (32,7 per cent). En tercer lloc, en uns percentatges bastant inferiors, hi ha les intervencions per morts sobtades, amb 136 activacions, que representen un 13,3 per cent del total.

Per illes, les que es reflecteixen en el gràfic són 780 a Mallorca, 66 a Menorca, 155 a Eivissa i 26 a Formentera.

6. BLOG DEL GIPEC IB

El GIPEC IB disposa d'un blog en línia. Jo mateix som el responsable de mantenir-lo al dia. El blog es va crear el novembre de 2013 amb la idea de concretar i materialitzar alguns dels objectius que té establerts la comissió de l'àrea de psicologia de les emergències. Entre d'altres, la finalitat era la creació d'una base de dades d'investigacions, bibliografia, estudis, projectes i recursos en l'àrea de les emergències, accessible a tots els col·legiats i a la ciutadania en general. I també la creació d'una guia de recursos de la Comunitat amb enllaços i telèfons de contacte, etc.

Es pot accedir al blog, <<https://psicologosemergenciasbalears.wordpress.com/>>, a través de la pàgina web del COPIB (<http://www.copib.es/>) o, directament, a través d'un cercador com és el Google, escrivint simplement "GIPEC IB".

El blog està estructurat en els apartats següents, amb uns exemples o resums dels seus continguts:



- **Declaració:** "El COPIB no té per què subscriure els enfocaments dels documents disponibles...".
- **Presentació:** història del grup.
- **Informació:** articles, guies, intervinents, legislació/normes, llibres, pel·lícules, mitjans d'informació, publicacions/revistes.

- **Temàtiques:** accidents de trànsit, comunicació de males notícies, dol (infantil-juvenil-escolar), dol (general), emergències/catàstrofes, infància-joventut, malalties mentals, persones desaparegudes, suïcidis, terrorisme, violència de gènere.
- **Grups d'emergències:** relació dels grups de tots els col·legis professionals.
- **Notícies:** relacionades amb les emergències psicològiques.
- **Membres:** accés restringit als membres del GIPEC IB; conté: normatives, documents, quadrants de guàrdies, COPIB: informació, notícies, etc., relacionades directament amb el COPIB.
- **Organitzacions:** relacionades amb les emergències psicològiques.
- **Contacte:** telèfon, adreça i correu del COPIB.
- **Coronavirus:** un darrer apartat que s'ha afegit amb motiu de la COVID-19 on hi ha tot tipus d'informació, guies, consells, notícies, etc.

El mes d'abril de 2020, el blog va superar les 1.000 entrades, amb publicacions, articles, guies..., distribuïts en 23 pàgines.

Uns dels apartats de més interès al món educatiu és el que apareix a la pestanya de Temàtiques amb el nom Infància/Joventut. Aquí hi ha articles, documents, guies, etc., que fan referència a múltiples situacions, com és el cas d'autolesions, com explicar un atemptat, reaccions d'adolescents davant emergències i desastres, violència sexual contra nins i nines, com donar males notícies, guia de detecció de violència de gènere en l'àmbit educatiu, com explicar la mort als nins, el procés de dol a l'escola, prevenció del suïcidi entre adolescents, primers auxilis psicològics, etc.

A la pestanya Temàtiques també hi ha un apartat que indica Dol (infantil-juvenil-escolar), on es poden trobar més de 35 documents (materials, guies...) específics, relacionats amb la mort i el dol, de molta utilitat tant per a professorat com per a equips directius, pares i mares, etc.

Un dels documents que pot ser molt útil en una situació en què es produeix una mort en un centre és un protocol d'actuació en centres educatius, una guia breu per a l'assessorament i la intervenció que té el títol *El dol al meu centre. El dol a la meva aula*, elaborat per Antònia Ramis, vocal responsable del GIPEC IB.



7. COM ES POT SOL·LICITAR LA INTERVENCIÓ D'UN PSICÒLEG O UNA PSICÒLOGA D'EMERGÈNCIA?

Els membres del GIPEC IB 112 sols intervenen quan són activats pel centre d'emergències 112. De manera que la sol·licitud es tramita simplement fent la petició amb una telefonada a l'112.

Les sol·licituds es fan des del Servei d'Atenció Mèdica Urgent 061, la Guàrdia Civil, Policia Nacional, Policia Local o Protecció Civil. També la pot fer un particular que es trobi en una situació traumàtica que aparegui en les intervencions previstes.

No fa falta dir que des de la central d'emergències hi ha una especial sensibilitat per tot el que afecta els nins i joves, de manera que una situació traumàtica que es produeixi, per exemple, en un centre educatiu té una resposta prioritària.



8. INTERVENCIONS DEL GIPEC IB 112 EN CENTRES EDUCATIUS

A petició dels centres educatius directament a l'112, aquests darrers anys s'han efectuat també intervencions a les escoles. La casuística que ha provocat l'activació del psicòleg o la psicòloga de guàrdia del GIPEC IB 112 ha estat diversa; des de suïcidis d'alumnat, mort de professorat, homicidi d'una alumna, accidents de trànsit amb resultats de mort d'alumnes, mort sobtada de pares o mares d'alumnes...

En general, les intervencions s'han efectuat amb el grup de classe més afectat o implicat directament en el fet objecte de l'activació, i també donant suport i assessorament a equips directius i professorat.

Relació d'intervencions més destacades:

- Abril de 2015: CEIP Infante Don Felipe. Mallorca.
- Novembre de 2015: CEIP Nova Cabana. Mallorca.
- Desembre de 2015: Col·legi Sant Josep Obrer. Mallorca.
- Abril de 2017: Col·legi Madre Alberta. Mallorca.
- Novembre de 2017: IES Politècnic. Mallorca.
- Desembre de 2017: CEIP Algaida. Mallorca.
- Març de 2018: IES Port d'Alcúdia. Mallorca.
- Abril de 2018: IES M. Àngels Cardona. Menorca.
- Gener de 2019: IES Quartó de Portmany. Eivissa.

- Agost de 2019: Col·legi Lluís Vives. Mallorca.
- Octubre de 2019: IES Balàfia. Eivissa.
- Febrer de 2020: IES Cap de Llevant. Menorca

9. INTERVENCIIONS RELACIONADES AMB CENTRES EDUCATIUS EN EL MARC DE LES INUNDACIONS DE LA COMARCA DE LLEVANT DE MALLORCA

El dimarts dia 9 d'octubre de 2018, motivades per unes condicions meteorològiques adverses amb fortíssimes pluges, hi hagué unes inundacions que provocaren, a la zona del Llevant de Mallorca, unes grans destrosses materials i la pèrdua de 13 vides humanes.

Immediatament, la Direcció General d'Emergències 112 va activar el Grup d'Intervenció Psicològica en Emergències i Catàstrofes de les Illes Balears (GIPEC IB), que des del primer minut va donar suport psicològic als familiars dels desapareguts, de les víctimes mortals i a altres persones que es varen veure seriosament afectades per la catàstrofe. Durant els deu dies que va durar l'operatiu com a fase d'emergència, vàrem intervenir 16 professionals de psicologia als diferents escenaris (PMA punt de comandament; poliesportiu de Manacor, Centre Na Camel·la, Espai 36, etc.)



És en aquest context que la Conselleria d'Educació, mitjançant l'Institut per a la Convivència i l'Èxit Escolar (CONVIVÈXIT), va sol·licitar directament al COPIB la seva ajuda i col·laboració perquè en el moment de l'obertura dels centres educatius de les zones més afectades, dilluns dia 15 d'octubre, estiguessin a la disposició tant dels claustres de professorat com de l'alumnat, donant suport i assessorament psicològic.

Aquesta petició es va materialitzar amb l'assistència de cinc professionals de la psicologia del GIPEC IB que varen treballar tots els aspectes psicològics relacionats amb el fet traumàtic provocat per les inundacions en cinc centres educatius: Puresa de Maria, CEIP s'Illot, CEIP Sant Llorenç, CEIP Son Carrió i IES Artà.

A més, el Centre de Professorat de Manacor (CEP), en col·laboració amb CONVIVÈXIT, va oferir als centres educatius de la zona la possibilitat de fer xerrades a càrrec dels membres del GIPEC IB, amb l'objectiu d'informar les famílies i els docents sobre els signes i símptomes esperats després d'una situació traumàtica i de pèrdua com les generades per les inundacions del Llevant de Mallorca.

Això es va concretar amb l'organització de diferents xerrades en diversos centres i espais entre el 17 d'octubre i el 15 de novembre, en les quals els professionals de la psicologia del GIPEC IB varen

informar i assessorar tant els claustres de professorat com els pares i mares de diferents nivells educatius. Aquests espais i centres educatius varen ser: CEIP Sant Miquel, CEIP Mestre Guillem Galmés (Sant Llorenç), El Card, El Son Carrió, CEP Manacor, IES Capdepera, IES Llorenç Garcias i Font (Artà), IES Porto Cristo i IES Puig de sa Font (Son Servera).

Arran de les inundacions i la seva pròpia experiència en la intervenció en la catàstrofe, dos psicòlegs del GIPEC IB 112, Patrícia García i Rubén Ceinos, varen editar un conte anomenat *Hem viscut sa torrentada*. Un relat que pretén ser un recurs pedagògic amb l'objectiu, segons els autors, de disposar d'un material per als nins i les nines que varen viure les inundacions en primera persona, amb la certesa que el fet de recordar la situació viscuda ajuda a prevenir trastorns posteriors. El conte, amb il·lustracions de Toni Garsan i editat per Edicions UIB, va tenir la col·laboració de l'Ajuntament de Sant Llorenç i el Col·legi Oficial de Psicologia (COPIB).



10. COMPETÈNCIES PERSONALS DEL PROFESSIONAL DE LA PSICOLOGIA EN EMERGÈNCIES

L'estudi de les competències personals del professional de la psicologia en intervenció immediata s'inicia a la Direcció General de Protecció Civil i Emergències del Ministeri de l'Interior l'any 1998.

Segons Isabel Vera Navascués i Elena Puertas López, de la Direcció General de Protecció Civil i Emergències a Espanya, els requisits aptitudinals, de personalitat i les habilitats necessàries en el psicòleg d'emergències i catàstrofes en intervenció immediata són principalment habilitats de comunicació, resolució de problemes, presa de decisions i intervenció en crisi, entre d'altres.

En relació amb les aptituds necessàries en la intervenció psicològica, les més importants considerades en l'estudi que presenten les autores abans esmentades són: capacitat d'autocontrol, afrontament de l'estrès i capacitat d'avaluació de la situació.

Les competències personals del professional de la psicologia d'intervenció immediata estan condicionades per les funcions a exercir en l'emergència i per les condicions laborals en les quals s'exerceixen, i així, en funció de la informació recollida, s'estableixen els requisits següents:

- Habilitats de comunicació: empatia, capacitat de comprensió i habilitat d'escolta activa.
- Equilibri emocional, seguretat en si mateix, autocontrol.
- Resistència a la fatiga física i psicològica.
- Capacitat d'adaptació i flexibilitat.
- Capacitat i disposició per a treballar en equip i cooperar amb altres professionals.
- Tolerància a la frustració.

- Capacitat d'avaluació i planificació.
- Capacitat de presa de decisions en situacions d'estrès elevat.
- Disciplina.

11. PRIMERS AUXILIS PSICOLÒGICS (PAP)

Consisteixen a ajudar de manera immediata les persones i així atenuar els conflictes emocionals causats per la vivència de situacions traumàtiques. Els primers auxilis psicològics no són una forma de teràpia ni una opció per arribar a diagnosticar cap mena de trastorn. El professional de la psicologia valora en aquesta situació el millor tipus de relació terapèutica, sempre orientada a una intervenció ràpida.



La intervenció se centra en el tractament de les reaccions d'estrès agut i dol; per això, el psicòleg utilitza unes pautes bàsiques. Hi ha una presentació per iniciar un contacte de manera no intrusiva, per ser acceptat per la persona afectada, fent incidència que l'objectiu clar és oferir ajuda. S'ha de parlar de manera calmada per donar seguretat a la víctima i informar del que està passant. És fonamental garantir la seguretat emocional immediata de la víctima.

Es destaca i es fa incidència en les intervencions que les reaccions que pugui tenir la persona afectada són normals davant una situació que no és normal, que és extraordinària. Les reaccions poden ser de tipus cognitiu (dificultat per pensar, dèficit d'atenció...), emocional (ràbia, por, tristesa, angoixa, etc.) o conductual (agressió, evitació, plorera, impulsivitat...). Com a criteri general, es permeten totes les reaccions mentre no hi hagi una conducta agressiva cap als altres o autoagressiva que pugui portar la víctima a autolesionar-se (per exemple, pegar-se cops al cap).

S'ha de donar informació sense mentir i sense prometre res que no es pugui complir. Tampoc no és necessari donar massa informació ni entrar en detalls morboses. Per intentar preservar la privacitat i confidencialitat de les persones afectades, s'han d'utilitzar, en la mesura de les possibilitats, espais tancats o, en tot cas, separar la persona i allunyar-la de grups de massa gent que envaeixen la privacitat.

L'escolta activa és una part important de les actuacions en primers auxilis psicològics. Facilitar l'expressió perquè la persona afectada pugui explicar què ha passat, què pensa, què sent. Aquestes persones, contant el que han viscut, fan el que s'entén com a ventilació emocional, que ajuda a gestionar els pensaments i les emocions.

La contenció emocional és l'objectiu inicial de la intervenció. La persona es troba sovint en estat de xoc, desorientada, incrèdula sobre el que ha passat; per això, és convenient calmar-la i orientar-la, establir els seus nivells d'activació. La informació sobre les seves reaccions, així com sobre la

situació, els fets que s'han produït, li han de permetre afrontar les seves preocupacions immediates i poder alleujar la seva ansietat.

Es donen pautes d'afrontament perquè la persona pugui prendre un rol actiu en l'adaptació a la nova situació i sàpiga gestionar els primers dies. La informen de les reaccions que pot tenir els dies següents, de manera que pugui normalitzar les reaccions psicològiques després de l'incident.

12. EL DOL

És el procés emocional que passa una persona que ha sofert algun tipus de pèrdua. És un procés adaptatiu totalment normal. El dol és un procés normal, no és una malaltia o un trastorn, i comporta unes reaccions determinades. És un procés únic; cada persona té un dol diferent.

És un procés totalment previsible i pot compartir alguna simptomatologia amb trastorns depressius o d'ansietat, però no podem parlar de depressió sinó de reaccions psicològiques de dol.

És un procés dinàmic, un procés en moviment que implica canvis d'estat físic, psicològic i social, i és normal que hi hagi baixades i pujades.

La intensitat i la durada del dol depenen de molts factors:

- Tipus de mort (esperada, sobtada, tranquil·la, violenta).
- La intensitat del vincle amb la persona morta.
- El tipus de relació amb la persona morta.
- L'edat.

La literatura científica indica que el dol per la mort d'una persona molt estimada pot durar entre 1 i 3 anys, però, com s'ha comentat, depèn de molts de factors.

El dol s'ha completat quan podem recordar la persona morta sense sentir dolor, quan hem après a viure sense ella, quan hem deixat de viure en el passat.



Aquesta frase de René Juan Trossero explica molt bé quan s'entendria la finalització d'un dol: "Quan hagi acabat d'acceptar que els teus morts varen morir, deixaràs de plorar-los i els recuperaràs en el record perquè et segueixin acompanyant amb l'alegria de tot el viscut".

13. DOL INFANTIL

El dol en els nins i els adolescents es veu influenciat per una sèrie de factors com l'edat, la relació i el vincle amb la persona morta, i amb els recursos externs i interns.

Hi ha alguns aspectes que el fan diferent respecte al dol d'un adult. Un és el ritme vital, que fa que el dol no impliqui una ruptura amb la realitat, amb les activitats que porta dia a dia, que no se solen interrompre. Mantenir les rutines és essencial i sol ser un factor protector. No passa així en els adults, en què podria representar una negació de la mort. L'expressió emocional és indispensable, però pot tenir una forma diferent de la dels adults i fins i tot pot no donar-se. Els nins necessiten comunicar els dubtes i les inquietuds als adults. Els suports familiars i socials són imprescindibles per a la resolució del dol.

14. DOL PATOLÒGIC

Es calcula que devers un 10 per cent de les persones afectades tindran un dol complicat amb implicacions a la salut física i psicològica. El dol serà crònic quan es prolongui en excés; no s'aconsegueix assumir la pèrdua i apareixen conductes desadaptatives.

Es pot parlar de dol patològic o complicat quan les reaccions emocionals per la pèrdua són molt intenses i impedeixen el funcionament normal de la vida diària. També quan la durada de la reacció s'allarga en el temps.

15. ELABORAR LA PÈRDUA

L'ésser humà experimenta diversos tipus de pèrdues al llarg de la vida. Cadascuna pot ser significativa i provocarà un procés d'adaptació, el que seria el procés de dol.

Segons Nomen (2007), hi ha quatre tipus de pèrdues:

- Pèrdues relacionals: pèrdues relacionades amb les persones que ens envolten. Mort de persones molt properes, trencament de relacions, abandonaments, abusos, etc.
- Pèrdues intrapersonals: tenen a veure amb les nostres capacitats intel·lectuals o físiques. Amputació d'una part del cos, patir algun tipus de minusvalidesa, etc.
- Pèrdues materials: relacionades amb objectes o possessions que ens pertanyen. Robatori d'un cotxe, incendi d'un habitatge, etc.
- Pèrdues evolutives: relacionades amb les fases del cicle vital amb els canvis que impliquen (infantesa, adolescència, joventut, edat adulta i vellesa).



16. FASES DEL DOL

Bowlby (1980, 1983) n'indica quatre fases:

- Fase de xoc o negació.

- Fase d'anhel i cerca.
- Fase de desorganització i desesperança.
- Fase de reorganització.

De totes les fases, interessa fer incidència en la primera, la que es tractaria en els primers auxilis psicològics: la fase de xoc o negació. En aquesta fase inicial apareix la negació de la pèrdua, i pot durar hores, setmanes o mesos. És una reacció normal de defensa, que permet calmar el dolor i perdura fins que s'aconsegueix assimilar parcialment la pèrdua.

17. SIMPTOMATOLOGIA EN UN PROCÉS DE DOL

En un procés de vivència d'una mort propera, fins i tot abans de realment començar un procés de dol, pot aparèixer simptomatologia de tres classes:

- Cognitiva: negació, atordiment, confusió, incredulitat, perplexitat, sentit d'irrealitat, desconfiança, no acceptació, tristesa, sentiments de culpabilitat, buidor, impotència, ràbia, desesperança, ressentiment cap a les persones que estan bé.
- Fisiològica: sequedat a la boca, sensació d'opressió en el pit, sensació de buidor a l'estómac, hipersensibilitat als renous, palpitations, falta d'energia, debilitat muscular, alteracions del son i la gana, marejos, sensació d'ofegament, suor, tremolors, falta d'aire.
- Conductual: hiperactivitat o inactivitat, conductes de recerca. A vegades, augment del consum d'alcohol, tabac o psicofàrmacs. Aïllament social, conducta distreta, absent.

18. LA MORT EN ELS INFANTS

La tendència dels adults és pensar que els nins són emocionalment fràgils, i no és així. Es tendeix a infravalorar les seves capacitats. Molt sovint, en situacions traumàtiques, ens sorprenen les seves reaccions, que denoten una maduresa superior a la que esperam de la seva edat.

Les nostres pors ens impedeixen parlar de la mort als nins, perquè, a més, pensam que els pot perjudicar. És un tema que culturalment s'amaga, no s'accepta com la situació natural que és. Si els adults no ho tenim assumit, difícilment en podem parlar amb naturalitat als nins. Però s'ha de fer. Als nins no els podem amagar res, perquè, a més, detecten immediatament que passa alguna cosa greu. No els podem mentir, perquè perdrien tota confiança en la persona que els relata els fets.



La informació s'ha d'adaptar a l'edat del nin, al nivell de maduresa i a la seva capacitat de comprensió. S'ha d'abordar en funció de la capacitat cognitiva i emocional que té per poder comprendre-la.

i integrar-la. Un aspecte a considerar és si hi ha experiències prèvies que poden condicionar la seva reacció, com per exemple que hagi viscut experiències semblants o que ho hagi conegut de persones properes, com amics seus.

Un concepte elemental que s'ha de plantejar és que la mort és universal, irreversible i permanent. Els conceptes del temps. El funcionament dels organismes vius. Hi pot haver una experiència prèvia de la mort d'algun animal de companyia que pot ajudar a fer entendre la idea que la situació és irreversible (la persona que ha mort no dorm, no es despertarà).

La comunicació als infants de la mort d'algué proper té dues particularitats afegides. Per una part, l'estat emocional de la persona que ho ha de transmetre, per la situació que viu en l'àmbit personal (pèrdua de la parella, d'un pare, etc.), i, per l'altra, aquesta por de no ferir, de protegir el nin a qui ha de transmetre la notícia.

En aquesta comunicació, molt sovint, i amb tota bona intenció, es fan aportacions incorrectes com, per exemple, indicar que “el temps ho cura tot”, “a ell no li agradaria que sofrissis”, “no ho pensis, que és pitjor”, “tu el que has de fer és distreure't”, “has de ser fort”.

Com va dir Louis Pasteur, “no eviteu als vostres fills les dificultats de la vida, ensenyeu-los més aviat a superar-les”. I també, com a recomanació, el que va dir William C. Kroen: “quan ajudam els nostres fills a curar-se del dolor que produeix la ferida emocional més profunda de totes —la mort d'un ésser estimat—, els dotam d'unes capacitats i d'una comprensió importants que els serviran per a la resta de les seves vides”.



En cas d'acompanyament en el dol, ens trobam que no sabem com actuar, no sabem molt bé com interactuar amb la persona afectada, ningú no ens ha ensenyat a afrontar aquestes situacions que representen una gran càrrega emocional, i sovint el més apropiat és dir simplement: “no sé què dir-te, perquè no crec que hi hagi paraules que puguin alleujar el teu dolor”.

19. PREVENCIÓ

La prevenció és la primera eina per aconseguir que qualsevol procés de dol que sorgeix en el context escolar pugui ser tractat de manera adient. Es fa necessari acostar l'escola a la didàctica de la mort com a part natural de la vida, i per això s'ha de sensibilitzar la comunitat docent sobre la importància de fer activats que desenvolupin factors de protecció davant el dol. Formació amb l'objectiu de normalitzar i integrar la pedagogia de la pèrdua, la mort i el dol en els centres educatius.

A partir de la Programació General Anual (PGA), que s'elabora a l'inici de cada curs escolar, en els centres educatius es fan moltes activitats i actuacions complementant els currículums establerts de cada etapa o curs. En aquestes planificacions és on tenen cabuda activitats formatives amb continguts

que permeten enfortir la capacitat de resposta de les comunitats educatives (professorat, pares, mares i alumnat) davant qualsevol pèrdua.

Hi ha experiències en el món educatiu, com és el cas del *Proyecto orugas y mariposas de colores en los pupitres de nuestra escuela*, que s'ha fet des de la Conselleria d'Educació del Govern de Canàries, amb un enfocament educatiu i pedagògic preventiu/pal·liatiu.

En els objectius del projecte s'indica: propiciar una formació integral per a la vida. Introduir el marc conceptual de la pedagogia de la mort i del dol. Reflexionar sobre la funció i contribució que poden exercir l'escola, el professorat i les famílies en situacions de mort, pèrdua i dol en el context escolar. Oferir pautes de reflexió i eines concretes per a poder tractar a l'escola el tema de la mort i la vivència que l'acompanya. Facilitar pautes i estratègies d'actuació al centre i a l'aula per fer —des d'una vessant educativa— un acompanyament pedagògic en situacions de mort, pèrdua i dol.



De manera puntual, alguns membres del GIPEC IB han impartit, a petició de centres escolars, ponències o tallers de curta durada de manera preventiva per assessorar i formar sobre aquests aspectes, oferir pautes d'actuació i transmetre aspectes generals sobre la psicologia del dol.

20. DAVANT UNA MORT AL CENTRE ESCOLAR

El sistema educatiu està format per un col·lectiu molt gran de persones, el que entenem tots com a comunitat educativa, i és molt probable que es pugui donar el cas d'experimentar directament una mort propera, bé entre el professorat, el personal no docent o l'alumnat, bé de pares o mares d'alumnes.

És aquí quan l'equip directiu, de manera normalment urgent, s'ha de reunir, fer una primera anàlisi de la situació, dels fets produïts, i elaborar una estratègia i unes actuacions. La casuística pot ser molt diversa; per exemple, la mort d'un professor pot ser esperada perquè patia una malaltia, o ser sobtada; s'ha produït a l'interior del centre o a l'exterior, dins l'horari escolar o no, en cap de setmana o a la nit.

S'han de tenir en compte tots els aspectes relacionats amb la comunicació de la notícia (que avui en dia amb l'ús de les xarxes socials sol ser pràcticament immediata), la planificació d'actuacions i la gestió del centre amb possible modificació d'horaris, espais, etc.

S'ha de comunicar a la Conselleria d'Educació, habitualment a través de l'inspector del centre o, si escau, directament a la Direcció General de Planificació. El departament de la Conselleria que pel tipus de competències és més proper a donar suport als centres de manera presencial és l'Institut per a la Convivència i l'Èxit Escolar (CONVIVÈXIT).

Com s'ha exposat anteriorment, també es pot sol·licitar la presència d'un psicòleg o psicòloga d'emergència telefonant directament a l'112.

21. ORGANITZACIÓ DE LES ACTIVITATS DE SUPORT I ELS RITUALS DE DOL

A l'hora de planificar actuacions s'han de preveure els diferents estaments i les intervencions a fer. Per exemple, amb el professorat podrien ser accions col·lectives (tot un claustre, un departament, etc.) i/o individuals (el professor més afectat per proximitat amb el company que ha mort). Amb l'alumnat també s'han de preveure accions col·lectives (per exemple, del grup de classe) o individuals. A l'àmbit més general també hi ha d'haver actuacions que impliquin més d'un grup de classe i, fins i tot, el centre educatiu complet.

Alguns aspectes generals a considerar amb relació al professorat: és necessari acollir i escoltar els nostres propis sentiments, compartir-los amb els companys i companyes del claustre. Acollir les emocions dels alumnes i les seves expressions. Cal destacar igualment que és important la presència de les professores i els professors en els moments de dol. La presència del professorat a l'aula quan els alumnes estan reflexionant o se senten afectats per la pèrdua és també fonamental. Han de sentir-se acompanyats.

22. PAUTES GENERALS SEGONS EL NIVELL EDUCATIU

Es defineixen algunes pautes per al tractament a l'aula en cas d'educació infantil: comunicar la mort de manera senzilla i clara. Emprar el contacte físic. Definir la mort com el moment en què el cos es deté del tot. Millor mantenir la rutina, oferir moments i situacions en els quals els alumnes i les alumnes exterioritzin els seus sentiments, i així generar tranquil·litat mantenint una actitud serena.



Pel que fa als cursos de 1r a 3r de primària, és millor comunicar la mort al més aviat possible. És procedent que els mestres comparteixin els seus propis sentiments amb l'alumnat. És important evitar frases de l'estil "els nens no ploren", "ja ets gran", "has de ser valent", "no et posis així", "ara ets tu l'home de la casa"... i adoptar l'actitud d'escolta activa.

Als nivells de 4t, 5è i 6è de primària, unes pautes generals bàsiques podrien ser: intentar estar disponible perquè els alumnes puguin expressar-se. Abordar els temors (si apareixen). Garantir-los confidencialitat. Assegurar-los que estaràs al seu costat quan et necessitin. Evitar frases que generin pressió, com per exemple: "al teu pare li hauria agradat...". S'ha d'adoptar l'actitud d'escolta activa, utilitzar un llenguatge clar i adaptat, i tranquil·litzar davant la possibilitat d'altres morts.

En el cas d'adolescents, és idoni dedicar temps a conversar i a preparar els homenatges que considerin oportuns. Manifestar els teus sentiments i emocions. Dir-los que estàs al seu costat. Ser pacient i

capaç d'acollir amb naturalitat les seves emocions. Adoptar l'actitud d'escolta i acompanyament. Aprofitar la situació per dur a terme una reflexió sobre el sentit de la vida, la finitud, el que és important...

Un aspecte general a considerar en totes les edats és que els menors han d'entendre que mai no tornaran a veure la persona que s'ha mort, que la mort és permanent i irreversible. Si no s'entén aquest fet, és complicat que es pugui iniciar un procés de dol.

També és fonamental no mentir, no amagar informació, però sí adaptar-la a l'edat del nin i a la seva capacitat i maduresa cognitiva. Les comunicacions de les morts s'han d'allunyar de mentides i les han de transmetre persones properes als nins. En el cas dels centres escolars, seria tasca dels tutors i les tutores. No és necessari donar tota la informació de cop; primer es comença a explicar el més essencial i després, a mesura que el menor planteja qüestions o li sorgeixin dubtes, es continua facilitant informació. Sovint faran preguntes que no sabem com respondre, i no passa res per admetre que no ho sabem tot; tanmateix, el nin tampoc no cerca explicacions perfectes. Tampoc no ens ha d'espantar utilitzar la paraula "mort".



23. RITUALS PER TREBALLAR EL DOL

A la pregunta de "per a què serveix un ritual de dol?" hi pot haver diverses respostes. Una és que proporciona una estructura socialment acceptada que permet materialitzar l'acomiadament d'una persona morta, un fet important per iniciar posteriorment un procés de dol. Permet marcar el fet com un acte especial, extraordinari, i facilitar l'adaptació a un canvi que, de fet, tindrà lloc amb l'absència de la persona propera que ha mort.

A escala individual, es produeix una connexió amb la persona que s'ha perdut; ens fa meditar sobre que la vida té una finitud, ens porta a valorar i apreciar aspectes quotidians que en el dia a dia no ens havíem plantejat. En l'àmbit col·lectiu, les persones properes senten el suport social, un aspecte primordial per portar a bon terme un dol; a més, el dolor compartit conforta i té un efecte positiu.


Al centre educatiu, els rituals per treballar el dol i la utilització d'uns o altres dependrà de molts factors. Si són en àmbits més reduïts, com grups de classe, dependrà molt l'edat de l'alumnat; seran al claustre de professorat o en tot el centre si la situació és de dol col·lectiu.

Uns rituals a desenvolupar en el centre escolar poden ser els següents:

- En els nivells educatius més inferiors pot ser idoni fer servir contes adequats per elaborar la pèrdua. (Vegeu a l'apartat de bibliografia "Contes per treballar el dol".)

- Realització d'un panell de fotografies i dibuixos de la persona morta o dibuixos fets pels seus companys i amics, en els quals apareguin ells i la persona morta.
- Realització de panell amb cartolines (o marcadors) amb dedicatòries, missatges, expressions de sentiments, desitjos, etc.
- Organitzar un racó sobre la persona morta: amb espelmes, fotografies, flors, objectes personals... (per exemple, a l'IES Pau Casesnoves, per la mort d'un professor el 28 de setembre de 2015).
- Sembrar un arbre de record en un racó del jardí (per exemple, a l'IES Antoni Maura en record del seu director Miquel Cerdà).
- Algú pot llegir un text elaborat per la classe o un poema triat per a l'ocasió.
- Guardar un minut de silenci al pati del centre i al mateix temps posar un fragment de música clàssica convidant-hi els familiars (per exemple, a l'IES Son Pacs per la mort d'una alumna l'any 1999).
- Assistir de manera col·lectiva al funeral o als acomiadaments organitzats pels familiars directes. Comprar flors el grup classe. Preparar la lectura d'un escrit de comiat.
- Publicar una nota, tipus esquela de recordatori, de comunicació, amb una frase, amb un poema adient a la situació.




INSTITUT ORGANITZACIÓ BENÈVOLADA
SON PACS

Rosa Maria [redacted]
(alumna de l'IES Son Pacs)
Va morir dia 15 de març a Palma, a l'edat de 17 anys

Ens ha deixat
amb robes impregnades
d'una olor de joventut,
d'una olor de pubertat,
d'una olor de bé perdut
en les hores del passat.
(Miquel dels Sants Oliver)

El professorat, amics, companys i personal no docent
de l'Institut sempre et recordaran.

Com a experiència personal, vull comentar que, essent director de l'IES Son Pacs, el mes de març de 1999, una alumna de 17 anys, en sortir del centre, va patir un accident de moto; després d'estar en coma quinze dies, va morir. Alguns dies després vaig organitzar un minut de silenci a l'entrada de l'institut, en el qual va participar tot l'alumnat i també el pare de l'alumna. La música elegida va ser l'*Adagio* d'Albinoni, i l'acte va ser tremendament emotiu.

Els alumnes de per si tenen una gran vitalitat, es mouen, parlen... Que en aquell moment 400 d'ells estiguessin en un silenci absolut, sepulcral, totalment quietos i se sentís de fons sols la música escollida, va ser emocionalment molt dur; però, com he explicat abans, totalment necessari, tant pel que va representar l'homenatge a l'alumna com per poder assumir com a col·lectiu que ella no tornaria mai més al nostre centre.

24. DETECCIÓ D'ALTERACIONS CONDUCTUALS I DE RENDIMENT

Els adults, després d'una mort propera que hagi afectat el menor, hauran de fer un seguiment de diferents signes d'alerta que puguin fer sospitar que es produeix un dol complicat que faci necessària l'ajuda externa.

Els signes venen molt determinats per l'edat del nin i la seva conducta anterior al procés de dol; però, com a aspectes bàsics generals, se'n poden esmentar els següents:

- Plors freqüents.
- Enrabiades o signes d'agressivitat.
- Apatia.
- Pèrdua d'interès per les activitats que abans resultaven agradables.
- Alteracions del son amb insomni.
- Por de quedar tot sol.
- Comportament infantil.
- Cefalees o altres malalties físiques.
- Imitació de la persona que ha mort.
- Disminució del rendiment escolar o no voler anar a escola.

25. CONCLUSIONS

La psicologia d'emergències a partir del desastre de Biescas de 1996, i altres situacions de gran emergència, ha estat a poc a poc reconeguda per la seva utilitat i necessitat social, un fet que ha permès establir i concretar unes funcions i tasques, unes competències personals dels professionals que hi intervenen i una estructura organitzada a partir dels diferents grups d'intervenció psicològica en emergències en els col·legis oficials de la psicologia de tot l'Estat.

A les Illes Balears, el GIPEC IB, amb la seva estructura organitzativa i amb la participació de professionals formats i amb experiència, és el referent per donar suport psicològic, amb intervencions puntuals individuals o a grans catàstrofes. Aquest fet s'ha materialitzat en diferents legislatures amb la Direcció General d'Emergències del Govern de les Illes Balears.

Els centres educatius no estan exempts de sofrir a un moment determinat una pèrdua, una mort d'algú molt lligat directament amb el centre, amb l'escola, ja sigui professorat o personal d'administració i serveis, o bé alumnes, progenitors o germans.

El que seria ideal és que hi hagués una preparació prèvia, una formació per explicar la mort com un procés més de la vida, per poder assumir amb naturalitat un fet que actualment és tabú i que està tapat en l'àmbit de la societat.

Quan això passa, és necessari, per poder afrontar-lo amb èxit —tenint en compte que són situacions extraordinàries, emocionalment molt complicades, estressants—, tenir uns coneixements bàsics de què és el dol, quines reaccions es poden produir, com podem actuar per minimitzar l'impacte que tenen els fets sobre la comunitat educativa...

Per això, s'han d'establir estratègies, planificar actuacions, desenvolupar rituals, i també s'ha de saber que, si es considera necessària una ajuda externa, hi ha els professionals de la psicologia del GIPEC IB I 12 que estan disponibles per poder donar suport i ajudar en aquestes circumstàncies.

REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES

(disponible al blog del GIPEC IB):

General

Descarrilamiento del tren Alvia. Santiago de Compostela, 24 de julio de 2013: buenas prácticas y lecciones aprendidas. Membres del Grup d'Intervenció Psicològica en Catàstrofes i Emergències (GIPCE) del Col·legi Oficial de Psicologia de Galícia.

https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2015/11/numero14vol1_2015_descarrilamiento_tren_alvia.pdf

¿Cómo actúan los psicólogos ante una situación de catástrofe? Col·legi Oficial de Psicologia de Navarra.

<https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2016/03/col-psico-navarra-23marzo16.pdf>

“El apoyo psicológico en catástrofes, crisis y emergències”. Mónica García Silgo. *Capitán Psicólogo. Sanid. Mil.* 2014

<https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2018/08/editorial.pdf>

NTP 390: La conducta humana ante situaciones de emergencia: análisis de proceso en la conducta individual.

Institut Nacional de Seguretat i Higiene al Treball - Ministeri de Treball i Afers Socials.

https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2018/03/ntp_390.pdf

Guía de intervención en situaciones de catástrofes en población general. Col·legi Oficial de Psicòlegs de Madrid.

<https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2017/05/intervencion-crisis-poblacion-general.pdf>

Dol infantil-juvenil

¿De qué sirve la muerte? SJD Sant Joan de Déu – Fundación FAROS.

<https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2020/02/cuento-de-que-sirve-la-muerte.pdf>

Orientaciones para una actuación educativa en procesos de duelo. Guía práctica para centros educativos. BIDEGIN, asociación apoyo al duelo y enfermedad grave avanzada de Gipuzkoa, 2016.

<https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2019/10/guia-duelo-y-escuela-bidegin.pdf>

Mamá, papá ¿qué es la muerte? La guía para padres. Meridiano, Compañía de Seguros.

<https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2019/10/libro-mama-papa-que-es-la-muerte-es.pdf>

Guía sobre el duelo en la infancia y la adolescencia. Formación para madres, padres y profesorado. Colegio de Médicos de Vizcaya – 2017.

https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2019/09/duelo-guc3ada-para-el-tratamiento-del-duelo-en-la-infancia-y-en-la-adolescencia_.pdf

Hablemos de duelo. Manual práctico para abordar la muerte con niños y adolescentes. Fundación Mario Losantos del Campo – Octubre de 2016.

<https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2017/04/guia-duelo-infantil-fmlc.pdf>

El dol al meu centre. El dol a la meva aula. Protocol d'actuació en centres educatius. Guia breu per a l'assessorament i la intervenció. Antònia Ramis Oliver. Grup d'Intervenció Psicològica en Emergències i Catàstrofes del Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears GIPEC IB.

<https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2016/12/guia-dactuac3b3-en-centres-educatius-antc3b2nia-ramis-oliver.pdf>

Guía del duelo en el ámbito escolar. Ante la pérdida, qué decir... qué hacer... Juny de 2012.

<https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2015/12/guiadueloescolar.pdf>

El proceso de duelo en la escuela. Setembre de 2015. Núm. 363. Padres y maestros.

Rodolfo Ramos Álvarez.

<https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2015/12/5545-12300-1-sm.pdf>

Duelo en mi aula. Gobierno de Navarra – Departamento de Educación.

<https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2015/10/dueloenmiaula.pdf>

Protocolo de actuación en centros educativos. Guía breve para el asesoramiento y la intervención. Grupo de Intervención Psicológica en Catástrofes e Emergencias (GIPCE) do Colexio Oficial de Psicología de Galicia.

https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2015/10/protocolo_actuacion_en-centros_educativos_castelan.pdf

Situaciones traumáticas en la infancia. Cómo afrontarlas. Defensor del Menor en la Comunidad de Madrid, amb la col·laboració del Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid (2004).

<https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2015/12/bvcm013886.pdf>

BIBLIOGRAFIA GENERAL (no disponible al blog del GIPEC IB)

William C. Kroen. (2002). *Cómo ayudar a los niños a afrontar la pérdida de un ser querido.* Ed. Oniro.

Cid, I. (2011). *Explícame qué ha pasado. Guía para ayudar a los adultos a hablar de la muerte y el duelo con los niños.* <http://www.fundacionmlc.org>.

Schaefer, Dan; Lyons, Christine (2004). *Cómo contárselo a los niños.* Ed. Medici.

De la Herrán, A. i Cortina, M. (2006). *La muerte y su didáctica. Manual para educación infantil, primaria y secundaria.* Universitas.

De la Herrán, A. i Cortina, M. (2008). La educación para la muerte como ámbito formativo: más allá del duelo. *Psicooncología*, 5, 404-424.

De la Herrán, A.; González, I.; Navarro, M. José; Bravo, S. i Freire, V. (2000). *¿Todos los caracoles se mueren siempre? Cómo tratar la muerte en educación infantil*. Ediciones de la Torre.

Huisman-Perrin, E. (2003). *La muerte explicada a mi hija*. El Aleph Editores.

Lee, C. (1995). *La muerte de los seres queridos. Cómo afrontarla y superarla*. Plaza Janés.

Fonnegra, I. (1999). *De cara a la muerte. Cómo afrontar las penas, el dolor y la muerte para vivir plenamente*. Ed. Andrés Bello.

González, I. i de la Herrán, A. (2010). Introducción metodológica a la muerte y los miedos en educación infantil. *Tendencias Pedagógicas*, 15(1), 124-149.

Kübler-Ross, E. (1993). *Los niños y la muerte*. Ediciones Luciérnaga.

Kübler-Ross, E. i Kessler, D. (2006). *Sobre el duelo y el dolor*. Ediciones Luciérnaga.

Pangrazzi, A. (1993). *La pérdida de un ser querido. Un viaje dentro de la vida*. Ediciones Paulinas.

Poch, C. i Herrero, O. (2003). *La muerte y el duelo en el contexto educativo: reflexiones, testimonios y actividades*. Paidós Ibérica.

Sierra, G. i Rendón, M. (2007). *De la mano con los niños: acompañamiento integral en el duelo infantil*. San Pablo.

Soler, N. (2012). *La pèrdua d'un ésser estimat. Guia pràctica per a persones en dol*. Psikered.

Tizón, J. L. (2004). *Pérdida, pena, duelo*. Paidós.

Gómez-Mascaraque, J. i Corral, E. (2009). *Técnico de emergencias sanitarias 7: apoyo psicológico en situaciones de emergencia*. Arán.

BIBLIOGRAFIA. Contes per treballar el dol

Agustí, A. (2013). *La Carla ara és la nostra estrella*. Pagès Edicions. (Recomanat de 9 a 12 anys.)

Bawin, Mary-Aline; Hellins, Colette. (2000). *L'avi d'en Tom ha mort*. Combel.

Cabban, Vanessa; Gray, Nigel. (1999). *L'avi de l'osset*. Timun Mas.

Cahué, J.; Bassas, A. (il.) (1987). *Anar-nos-en*. Ed. Claret.

- Cortina Selva, M. (2005). *On és el iaio?* Tandem Ediciones, SL.
- Duran, C.; Pérez, A.; C; Rusiñol, A. et al. (2013). *Adéu, Flap*. Cruïlla (Recomanat a partir de 3 anys.)
- Eulate, A.A. (2010). *Cuerpo de nube. Cuento de Luz*. (Recomanat de 6 a 8 anys.)
- García Calleja, C. (2016). *Para siempre*. La Fábrica de Libros.
- Labbé, Brigitte; Puech, Michel. (2002). *La vida i la mort. Pensa-hi*. Ed. Cruïlla. (Recomanat a partir de 8 anys.)
- Llenas, A. (2015). *El buit*. Barbara Fiore.
- Martínez i Vendrell, Maria; Solé i Vendrell, Carme. (1984). *Jo les volia*. Ed. Destino.
- Mundy, M. i Alley, R.W. (il.) (2010). *Cuando fallece un ser querido. Una guía para niños ante la muerte de alguien*. Ed. San Pablo.
- Mundy, M. i Alley, R.W. (il.) (2001). *Cuando estoy triste ante la pérdida de un ser querido*. Ed. San Pablo.
- Ramon, E. i Osuna, R. (2017). *No és fàcil, petit esquiro!*. SL Kalandraka (Recomanat de 0 a 2 anys.)
- Rodríguez, R. M. i García, L. (il.) (2017). *¡Gracias, vida!* Babidi-Bú.
- Ryan, V. i Alley, R.W. (il.) (2004). *Cuando se muere tu mascota*. Ed. San Pablo.
- Saulière, Delphine; Saillard, Rémi (il.) (2016). *Miedo a la muerte, no*. Ed. San Pablo.
- Solonareff, G. (2010). *L'Edu, el petit llop*. Corimbo. (Recomanat de 6 a 8 anys.)
- Torralba, F. i Bayés, P. (il.) (2016). *Què és la mort?* Grup Promotor Santillana.
- Valentí Gubianes, E. J. (2006). *Júlia té un estel*. La Galera. (Recomanat de 9 a 12 anys.)
- Wise, M. i Robinson, C. (il.) (2018). *El pájaro muerto*. Corimbo.