



General | | Actualitzat el 21/04/2022 a les 07:00

Com donar males notícies a un infant?

La malaltia o mort d'un familiar, una separació o divorci, una situació familiar complicada...

[inicicentrareport]De vegades, hi ha moments en els quals succeeixen fets inesperats, desagradables, que no agraden a ningú. Situacions incòmodes, complicades... estan preparades les criatures per afrontar-les?

De vegades, sense adonar-nos, estem transferint la nostra ansietat a les nostres criatures. Ens ho explicava la psicòloga especialitzada en ansietat Anna Masnou en aquest article. Per això és important, abans de comunicar un fet desagradable, una mala notícia per l'infant, **haver treballat les nostres emocions** i tenir present l'edat de cada infant per traslladar-los un missatge adequat.

Dit això, el psicòleg Roger Aranda, de La Fita Psico, ens facilita algunes claus i consells per donar males notícies a les nostres criatures davant d'una malaltia o mort d'un familiar, separació o divorci (encara que sigui amistós hi ha infants que els pot costar de pair), una situació familiar complicada...

[GotaVerdaPle]**Com donar males notícies?** Dient la veritat, mirant als ulls, amb contacte corporal i adequant el llenguatge al nivell neuromaduratiu de l'infant. Sostenint la reacció emocional sense jutjar-la.

[GotaVerdaPle]**Quin és el millor moment?** Com més aviat millor, tenint present que hi hagi un entorn adequat i favorable, tranquil i calmat. D'aquesta manera la informació no els arribarà per terceres persones que no siguin figures d'aferrament segur.

[GotaVerdaPle]**On és millor fer-ho?** A un espai conegut i reconegut per l'infant on ell es desenvolupi normalment en el seu dia a dia (a la seva habitació, al menjador de casa...)

[GotaVerdaPle]**Qui és millor que ho faci?** La figura que representi la de major confiança i aferrament (mare(s)/pare(s)). Si en aquell moment no poden per determinades circumstàncies, aquella persona que representi la seva figura d'aferrament més segur i de més confiança (àvia, avi, tiet, tieta...).

[GotaVerdaPle]**Què diem?** Siguem curiosos amb el llenguatge. Diem la veritat i utilitzem l'adverbi "molt" tantes vegades com sigui possible perquè s'entengui el missatge. "El tiet està molt molt molt molt malalt i hem d'esperar a veure si es posa bo".

És complicat pretendre no generar angoixa, segons ens explica en Roger Aranda. El que hem de fer és sostenir el que se'n derivi i estar disponibles per poder acompanyar sense apaivagar.

Les notícies doloroses generen emocions desagradables. On hi ha amor hi ha dolor. Tanmateix, és molt important no jutjar. En Roger Aranda explica que de vegades es troba amb m/pares que no entenen que el seu fill no plori o no es dolgui, o d'altres que pronostiquen que no podran sostenir la situació.

Aquest fet provoca que, de manera indirecta o directa, emetin judicis que provoquen que la situació es compliqui. Per aquest motiu ens recomana **observar les expectatives de la persona adulta**.

"Si hi ha un futur incert els hem de dir que **no sabem què passarà**. La vida és plena d'incerteses.



Sii no ens ho pregunten directament no els promourem la incertesa, però si ens ho pregunten els direm que les persones adultes no tenim totes les respostes i que hem d'esperar al fet que el temps "parli", explica.

"També els hem de **traslladar un missatge d'acompanyament**: sempre serem allà per acompanyar-los i parlar del tema", assegura. La presència i la comunicació en aquest sentit són molt importants, segons ens assenyalava en Roger Aranda, aquesta comunicació i "ventilació" emocional apaivaguen la incertesa i l'angoixa.

Segons deia el psicoterapeuta Lawrence Leshan **"Un infant pot viure qualsevol cosa sempre que se li digui la veritat i se li permeti compartir els sentiments amb les persones que ell vulgui"**.

[ficientreport]