

El procés de dol amb infants i adolescents en l'entorn social i el *Taller Ara sí que sé a les escoles*

Mourning process with children and teenagers in their social environment and the Workshop “Now I know” in schools

Xusa Serra Llanas¹

Resum

Abans els infants aprenien lliçons de vida observant a casa com la família es cuidava dels malalts o de la persona que moria, i d'aquesta forma ho transmetien a la següent generació. El desenvolupament tecnològic i benestar social va coincidir amb l'inici d'un rebuig social vers les pèrdues, el dol i la mort. Aleshores molts infants van començar a quedar al marge d'adversitats, ja no visitaven una persona malalta ni s'acomiadaven d'un ésser estimat quan moria. En créixer ho sentien com a pendent de reparar i eren incapaços de transmetre un altre model a la següent generació. Amb l'objectiu de retrobar lliçons de vida, expressar emocions i descobrir com cuidar-se i cuidar a qui estimen, des de l'any 2009 s'ha impartit el *Taller Ara sí que sé a* més de 10.000 infants i adolescents. Aquesta ha estat l'experiència.

Paraules clau: Infants, pèrdues, dol, mort, rituals.

Per citar l'article: SERRA LLANAS, Xusa. El procés de dol amb infants i adolescents en l'entorn social i el *Taller Ara sí que sé a* les escoles. *Revista de Treball Social*. Col·legi Oficial de Treball Social de Catalunya, abril 2017, n. 210, pàgines 139-151. ISSN 0212-7210.

¹Infermera Referent en educació i acompanyament creatiu a les malalties, el dol i la mort a l'Hospital General de Catalunya. Autora i docent del *Taller Ara sí que sé*. Llicenciada en Antropologia Social i Cultural. Postgrau en Tanatologia (UAB) i Acompanyament creatiu al dol i la mort. Màster Oficial de Recerca en infermeria i salut (UIC). Autora del llibre, *I jo, també em moriré?*. Fundadora de l'associació *GestDol*. Terapeuta del *Grup de Dol* de l'Associació de Dones per la Igualtat.

Abstract

Children used to learn life lessons watching at home as the family was taking care of the sick or of the dying person, and thus transmitted it to the next generation. Technological development and social welfare coincided with the beginning of a social rejection towards loss, mourning and death. At that time, many children began to be left out of adversity, they no longer visited an ill person or say goodbye to a loved one when dying. When growing they felt this was a pending repair and were unable to convey another model to the next generation. With the aim of recovering life lessons, expressing emotions and discovering how to take care of the loved ones, since 2009 the workshop "Now that I know" has involved more than 10,000 children and adolescents. This has been the experience.

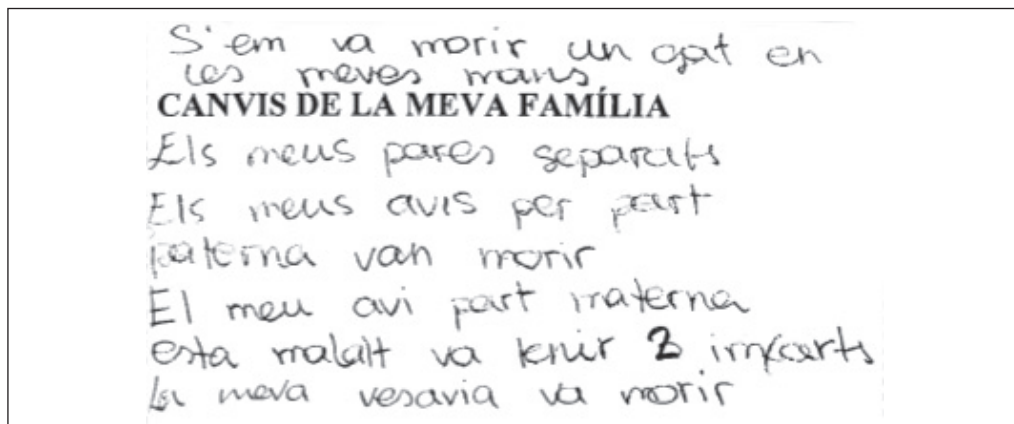
Key words: Children, losses, mourning, death, rituals.

Anys enrere els infants rebien lliçons de vida de tot allò que observaven a dins les cases, veien com es cuidaven els malalts, com es cuidava del cos quan la persona moria i també aprenien el valor social i tranquil·litzador dels rituals. Actualment en la nostra societat observem una important negació davant tot allò que implica dolor i més quan el dolor és produït per la mort d'una persona estimada.

Relacionat amb aquesta negació social trobem un augment de sobreprotecció vers els infants i adolescents, destinada a evitar que visquin situacions de patiment emocional. Les mentides o la manca d'informació els fa sentir desprotecció, confusió i desconfiança, quan el que necessiten és tenir l'oportunitat de viure i aprendre de les situacions que els ha tocat viure.

«Ja ho viurà quan sigui gran, no cal que ho pateixi ara...» solem dir.

DIBUIX 1. Canvis en la família d'un infant de 8 anys. Taller *Ara sí que sé*.



La majoria d'infants acaben vivint un procés de dol contingut i negat perquè queden al marge del dolor familiar, rituals o celebracions de comiat. La negació social davant les pèrdues s'ha difós a tots els àmbits socials, ens fa por parlar-ne, vivim com si la vida fos per sempre, evitem pronunciar el nom i el substituïm per altres, «*Ens ha deixat... ha marxat*». Si tenim present que en la vida ens podran curar moltes vegades menys una, potser ens manquen coneixements envers la mort i el dolor emocional que provoca. Uns coneixements necessaris sobretot per a les persones amb el compromís de transmetre-ho a properes generacions, com pares, mares, mestres, professionals de la salut o de l'educació, que solen trobar-se les mans buides quan necessiten tractar aquesta dimensió des d'una vessant personal, cultural, social i educativa.

Amb l'objectiu de vetllar per la salut emocional de la comunitat, a l'any 2009, la Direcció d'Infermeria de l'Hospital General de Catalunya (Quirón Salut) va crear la Unitat d'Infermeria Referent en l'acompanyament educatiu a les malalties, el dol i la mort. A banda de la formació i suport als professionals de la Salut, pacients i famílies, el repte era arribar als més vulnerables, els infants i joves, en una de les etapes més determinants de les seves vides.

La majoria d'infants acaben vivint un procés de dol contingut i negat perquè queden al marge del dolor familiar, rituals o celebracions de comiat.

Antropologia de la família en la vida i la mort

La mort i el morir han preocupat en totes les èpoques, religions i civilitzacions. Des de fa milers d'anys, les persones han estat cuidades per persones properes emocionalment i escollides per les bones aptituds professionals en l'art de les medicines (ROHRBACH-VIADAS, 1997). La família conforma l'univers de cadascú, l'herència cultural i de valors que acaben marcant la forma de viure i morir dins del grup. Que bateguen amb el mateix cor i, quan un dels membres mor, tot el grup queda ressentit emocionalment.

Fins a mitjans del segle xx, la mort solia produir-se a casa i les famílies es cuidaven dels éssers estimats. Quan esdevenia la mort tenien cura del cos, el rentaven, el vestien i s'acomiadaven. Els infants hi eren presents i ho vivien com un fet normal dins del procés vital i la mort era vista com la part terminal de la vida, no com quelcom amenaçador i estrany (CARACUEL, 1983). Abans la mort aglutinava a familiars i amics, moments per cuidar-se, compartir i expressar temences, enyorança i dolor, en definitiva, no sentir-se sols.

La Revolució Industrial va representar l'inici d'una transformació social, especialment econòmica, sanitària i cultural, en una societat batejada com Moderna. Aquest model lentament va anar distanciant el tema de la mort de les converses familiars i d'amics i va produir canvis també en la cultura de la mort i el procés de morir. En pocs anys, vam passar de viure

les malalties i la mort dins les llars, en un context càlid, natural i ritual, a sentir-ho com una experiència relacionada amb la por al desconegut, freda i impersonal (SERRA LLANAS, 2010).

Ens trobem en una societat que, sent mortal, refusa la mort i ha deixat d'ésser admesa com un fenomen natural (TOMÁS-SÁBADO i GÓMEZ-BENITO, 2003). En relació amb això trobem que no tan sols impedeix morir bé, sinó que dificulta viure bé des de molt abans.

Tots aquests canvis socials, culturals i tecnològics, positius en molts aspectes, han generat també una pèrdua de coneixement familiar cap al malalt i la forma de saber com tenir cura d'ell (BROGGI, 2011). L'allunyament de la mort fora de la quotidianitat i tot el que té relació amb les adversitats o pèrdua de la salut, sembla una característica de la nostra civilització. Actualment el tabú del sexe que existia anys enrere ha estat substituït pel tabú de la mort (ARIÉS, 1987). Tampoc els professionals de la salut reben una formació adequada que els ajudi a viure millor el contacte amb situacions extremes i doloroses de persones alienes a la seva vida. Els estudis indiquen que nou de cada deu professionals viurà amb estrès la mort d'un pacient i/o el dol dels familiars. Per aquest motiu són necessaris coneixements per a millorar l'acceptació de les diferents pèrdues i sobretot del morir.

Malgrat l'esforç dels investigadors per desenvolupar guies educacionals que ajudin els professionals de la salut a controlar l'ansietat davant la mort, els resultats obtinguts en diversos treballs donen resultats ambigus, si més no contradictoris (TOMÁS-SÁBADO i GUIX LLISTUELLA, 2001).

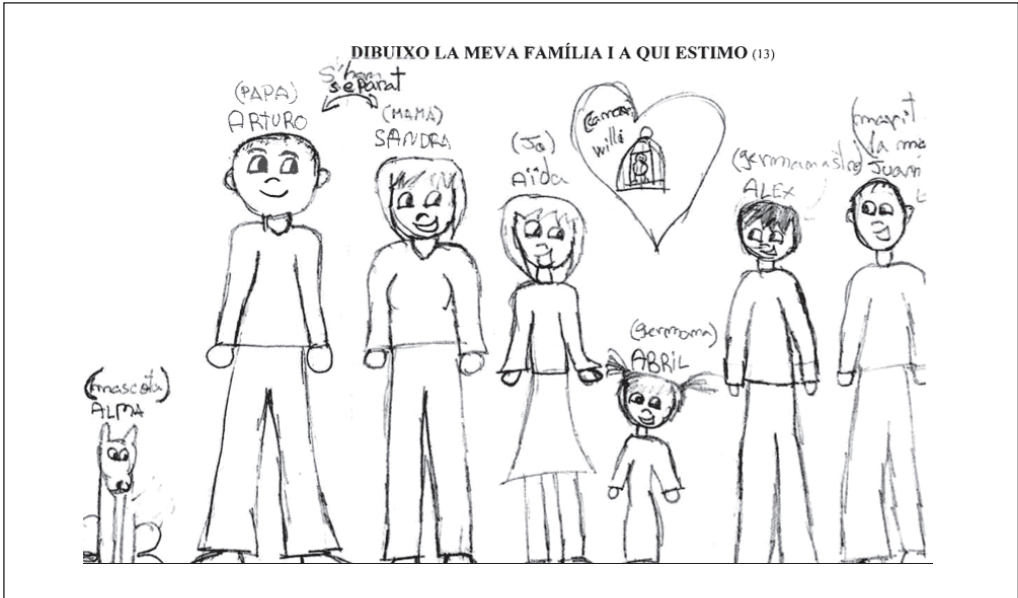
Els infants, la mort i el dol

L'educació és un medi que proporciona estabilitat al cos i a l'ànima, com una suma de processos pels quals un grup social transmet un model de capacitats i poders, i reorganitza i reconstrueix les emocions que l'ajudin a adaptar-se a les tasques que desenvoluparà en el procés psicològic al llarg de la seva vida (RODRÍGUEZ, 2012). Al llarg de la infància l'ànima es nodreix de les emocions generades per les vivències personals, i desenvolupa un model d'expressió o contenció i que repetirà davant qualsevol adversitat.

Els aspectes educatius més importants s'han de rebre del grup familiar. Pels infants, la família són persones de referència necessàries pel seu desenvolupament i que els atorga un paper decisiu en la seva aculturació i socialització.

En canvi els canvis socials i culturals en el tema que ens ocupa originen una involució en la maduresa emocional davant les adversitats, impeding la transmissió de coneixements que en el seu moment (quan aquests adults eren infants) tampoc van rebre.

Dibuix 2. L'Aïda, de 7 anys, dibuixa la família. Taller Ara sí que sé.



“Fora molt útil que hi hagués més gent que parlés de la mort com d’una part intrínseca de la vida, de la mateixa manera que no vacil·lem en parlar que algú està esperant un altre nen”.

E. KUBLER-ROSS

Quan, avui dia, preguntes als adults sobre la seva experiència amb les malalties i la mort, la majoria recorden que d’infants van viure una situació d’exclusió familiar, no van poder visitar a la persona estimada a l’hospital, o no els van explicar que la persona havia mort i com aquesta desvinculació va tenir conseqüències emocionals. Una vegada convertits en adults no saben canviar el model rebut i transmeten als seus fills la contenció i sobreprotecció emocional que van rebre (SERRA LLANAS, 2014).

Aquesta tendència familiar i social fa anys que es transmet, fet que provoca una pèrdua de coneixements i els priva de la possibilitat d’acomiar-se de l’ésser estimat (familiar o mascota).

Els infants han perdut l’oportunitat d’observar el declivi natural de la vida i la mort.

“La ignorància provoca por i desconfiança, en canvi el saber es converteix en seguretat. El que es viu i se sent de jove, acompanyarà la vida de l’adult que serà demà”.

XUSA SERRA

Els infants han perdut l’oportunitat d’observar el declivi natural de la vida i la mort.

Segons l'Institut Nacional d'Estadística, l'any passat van morir a Espanya gairebé 400.000 persones. Els darrers estudis indiquen que cada decés afectarà a unes deu persones de mitjana, de les quals un 10% experimentarà trastorns en la seva salut física i mental (MÍNGUEZ i RUIZ, 2015). D'aquestes dades es dedueix que un nombre considerable de persones, en la intimitat de la llar viuen tristes, enfadades i mancades de recursos adaptatius davant les adversitats.

És preocupant que alguns estudis mostrin com actualment el suïcidi s'ha convertit en la segona causa de mort entre els joves de 15 a 24 anys («Cat Salut. Instrucció 10/2015 Atenció a les persones en risc de suïcidi. Codi risc de suïcidi (CRS)» 2015).

Persisteixen les incògnites sobre la vertadera incidència, però el que està comprovat és que la depressió és un important factor en la predisposició del suïcidi en adolescents i adults (TOMÁS-SÁBADO i GÓMEZ-BENITO, 2003).

Altres estudis relacionats indiquen que, a l'any 2020, la depressió serà la segona causa de malaltia més prevalent del món (després de la cardiopatia isquèmica). Són dades basades en la salut mental dels actuals adolescents i joves, juntament amb els factors socials i estils de vida que els acompanyen (MARTÍNEZ-HERNÁNDEZ i MUÑOZ GARCÍA, 2010) i que indiquen com el món desenvolupat, confortable i modern, està girant cap a un **desconfort emocional**.

Pel que sembla, el patiment pot estar present en la vida de l'infant si no aprenen de lliçons de vida basades en la seva pròpia experiència i realitat. En créixer els manquen estratègies adaptatives i senten impotència per la dificultat de no saber transmetre als fills el que en el seu moment tampoc van rebre.

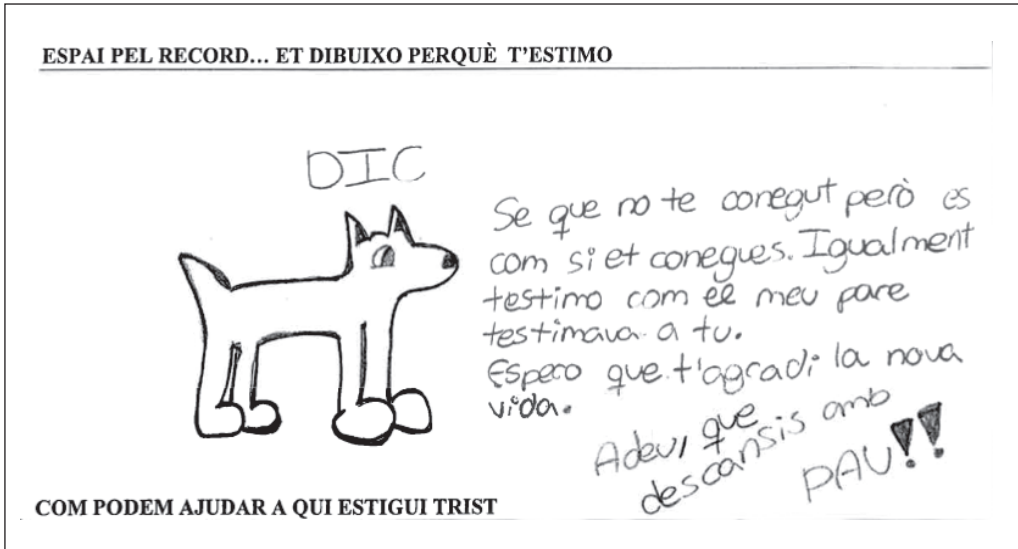
Els mateixos infants s'adonen que, en la nostra cultura, s'intenta amagar el dol i dominar la mort i aquesta negació i soledat davant els sentiments els pot deixar en una situació de necessitar reparar aquesta desadaptació emocional. S'arriba a un punt en què fins i tot han de reprimir les manifestacions individuals de dol, perquè la societat no accepta que se li recordi l'existència de la mort (TOMÁS-SÁBADO i GÓMEZ-BENITO, 2003).

Relat de testimonis. Escola Can Matas. Sant Cugat del Vallès.

«Ernesto (10 anys): Quan tu ets petit i es mor un familiar teu, també tens dret a saber que ha mort i que sempre que estàs desanimat has d'estar acompanyat».

«Dani (10 anys): Quan una persona plora quan algú es mor vol dir que l'estima. Quan tens moments de tristesa, els nens petits hem de plorar amb la família, perquè un nen també vol compartir els sentiments amb la seva família».

Dibuix 3. Pau de 8 anys s'expressa en l'espai del record. *Taller Ara sí que sé.*



Taller ara sí que sé. (Taller de les pèrdues, el dol i la mort per a infants i joves a les escoles)

Iniciativa

El compromís històric d'infermeria és tenir cura de les persones més vulnerables. Per aquest motiu la manca d'estratègies adaptatives davant les adversitats va ésser l'origen que en l'any 2009, conjuntament amb Anna Cruz Oliveras, Directora d'Infermeria de l'Hospital General de Catalunya, ens proposéssim donar forma a aquest projecte social i educatiu.

La informació recollida ens va dur a fer-nos moltes preguntes: era possible promoure un canvi d'actitud davant les adversitats? Com arribar al major nombre d'infants i que fossin ells mateixos els qui ajudessin emocionalment els adults? Com aconseguir-ho?

L'experiència dins l'àmbit familiar personal i professional (hospital) ens indicava la capacitat dels infants per generar pensaments i reflexions en els adults. Per tant, per a promoure aquest canvi cultural calia arribar als infants des d'un espai de confiança, protegit, respectat i neutre emocionalment: l'escola.

El recolzament de la Direcció de l'Hospital General de Catalunya al llarg dels anys ha estat clau per poder donar continuïtat a la iniciativa d'apropar la vida i la mort als infants, i amb uns coneixements que compartissin espai amb la formació reglada.

Procés d'elaboració

Objectius: Vam determinar:

- Vetllar per la salut emocional dels infants i joves
- Reflexionar sobre les pèrdues i la seva normalitat en el Cicle de la Vida.
- Facilitar l'expressió d'inquietuds, emocions i sentiments.
- Identificar el que senten i el perquè ho senten.
- Saber cuidar-se i cuidar de l'altre davant una situació de dol.
- Descobrir el valor terapèutic dels rituals.
- Detectar dols complicats.

Assessorament: Per assolir els objectius necessitàvem assessorament de mestres i pedagogs que aportessin coneixements i documentació pedagògica imprescindible sobre la maduresa emocional a cada edat i que, com a infermeres, desconeixíem. Aquesta informació va ser clau per adaptar els temps i continguts a cada edat.

Continguts. S'han elaborat tenint en compte:

El descobriment personal: Qui sóc i què m'agrada. La meua família i els seus canvis. Els pares, què han perdut i què han fet davant la pèrdua.

El descobriment de l'entorn: Compartir experiències personals relacionades amb les pèrdues. La mort d'un animal o mascota. Compartir en grup les emocions.

El descobriment de les pròpies pèrdues: Com vull que els altres m'ajudin en el meu dol. El valor dels rituals. Detectar processos de dol complicats.

Identitat. Una vegada elaborat necessitava un nom representatiu i vam posar-li *Taller Ara sí que sé*. En aquest moment es va posar al servei d'institucions (regidories d'ensenyament dels ajuntaments) i escoles.

Subvencionat. Amb l'objectiu d'arribar al major sector de població, la direcció va determinar-ne la gratuïtat. Des de l'any 2009, el *Taller Ara sí que sé*, està subvencionat per Quirón Salut i impartit per Xusa Serra.

Format

Integra coneixements sobre les pèrdues, el dol i la mort i el desenvolupament de la intel·ligència emocional, amb la formació reglada. El Taller és creatiu i participatiu en tots els grups d'edat i els infants són els qui el fan únic i irrepètible.

Els continguts i els temps s'adeqüen a la capacitat per mantenir el nivell de concentració que l'infant té a cada edat. La filosofia del *Taller Ara sí que sé* es basa en el format YOU KNOW YOU? (*Què saps tu?*) on l'infant descobreix els seus propis pensaments sobre el tema i sols es treballa des de la seva perspectiva.

Foto 1. Infants de P3 durant el Taller *Ara sí que sé*.



El Taller s'imparteix dins l'aula de l'escola a cada grup/classe i en presència del mestre/tutor. Un format visual els introdueix de forma progressiva en el Cicle de la Vida, alhora que estimula la seva necessitat de conèixer, saber i participar. S'hi tracten les diferents pèrdues i canvis en la vida: separació dels pares, pèrdua de la salut d'un familiar o la mort d'un ésser estimat.

Es promou la importància de la confidencialitat: la majoria dels infants tenen la necessitat de compartir emocions i preocupacions que no han estat expressades. Descobreixen vivències d'altres companys i diversitats culturals. El Taller és punt d'inici de futures reflexions.

El Taller s'imparteix dins l'aula de l'escola a cada grup/classe i en presència del mestre/tutor.

Foto 2. Mural dels alumnes de cinquè realitzat després d'assistir al Taller *Ara sí que sé*. Escola Pi d'en Xandri. Sant Cugat del Vallès.



Professionals i alumnes convidats

Amb l'objectiu de promoure un canvi social d'actitud davant les adversitats es permet l'assistència dels professionals vinculats als infants, docents, psicopedagogs, alumnes de Batxillerat (treballs de recerca sobre el dol infantil) i estudiants de Ciències de l'Educació que realitzin el TFG sobre el dol.

Dossier

Els mestres disposen d'un dossier on poden trobar informació sobre bibliografia específica. Dins el dossier també s'hi troben els següents documents:

Full informatiu pels pares/mares

Si el mestre ho considera oportú, disposa d'un full explicatiu del taller que pot utilitzar i difondre de la forma que cregui convenient.

Qüestionari de valoració

Després del Taller es demana als mestres que responguin un qüestionari on es recull la seva opinió. Les respostes recollides s'han convertit en una eina de modificació i millora.

Fitxes

Des de l'escola s'imprimeix per a cada infant una fitxa assignada a cada grup d'edat. L'objectiu és fomentar el diàleg familiar vers el Cicle de Vida i les pèrdues. Les fitxes permeten als infants poder expressar el que senten en forma de dibuixos o escriptura (segons l'edat).

Els dibuixos de les fitxes aporten valuosa informació sobre les emocions dels infants. Un cop finalitzat el taller les fitxes es poden incloure dins els àlbums escolars que portaran a casa. Hem comprovat que les fitxes també s'han convertit en una eina per a altres professionals (psiquiatres, psicòlegs, logopedes...), en la detecció de trastorns emocionals.

Informació sobre reaccions més habituals després del taller.

El dossier també inclou informació sobre les reaccions més habituals dels infants després d'assistir al *Taller Ara sí que sé*, com la necessitat de parlar o reflexionar sobre continguts del Taller. Interès en compartir el que han descobert i satisfacció per la informació de què disposen.

També s'informa de les repercussions intel·lectuals que pot originar en l'infant i jove que està vivint un temps de dol.

Un dels objectius del Taller és evidenciar situacions emocionals no resoltes. Per aquest motiu el dossier inclou informació de recursos en el cas de detectar manifestacions de pors nocturnes, regressions, baix rendiment escolar o agressivitat. Els alumnes són els grans protagonistes dels tallers i, per tant, la seva valoració i percepció era clau per poder conèixer quins continguts del taller s'havien de millorar i modificar.

Dibuix 5. Clàudia de 7 anys. Utilitza la fitxa per acomiadar-se del seu avi.



Valoracions d'infants. Ens interessava conèixer la percepció que els infants tenen del Taller *Ara sí que sé*. Per aquest motiu ho vam demanar a infants de sisè (12 anys). Aquestes són les respostes enviades per la seva mestra de l'Escola Can Matas de Sant Cugat.

Dani: Jo ahir vaig aprendre moltes coses i una d'elles és que pots estimar igual o més a una persona que ja no visqui. També he après el valor dels sentiments i la força interior d'un mateix. Gràcies Xusa, la meva besàvia estarà molt contenta de mi.

Àlex: Jo he après que els rituals són coses boniques que normalment es fan quan algú mor.

David: Jo he après que quan una persona plora quan algú es mor vol dir que l'estima. Quan tens moments de tristesa, només els bons amics són els que et donen suport. També, que els nens petits han de plorar amb la família perquè un nen també vol compartir els seus sentiments amb la seva família.

Manel: Jo he après que has de riure quan puguis i plorar quan ho necessitis, ser lliure dels pensaments dels altres per por al que diguin.

Ernest: Jo el que he après és que, quan tu ets petit i es mor un familiar teu, també tens dret a saber que ha mort i que sempre que estàs desanimat has d'estar acompanyat d'algú o que, quan hi ha algun amic teu que està trist, l'has de consolar.

Alexandra: Durant la vida les persones per velletes es moren, però no només per aquest problema; així que, a les persones a qui se'ls ha mort algun familiar o amic els hem d'acompanyar i guardar silenci.

Eudald: En aquest taller he après que si plores per algú és que en realitat l'estimes.

Clàudia: El que jo he après en aquest taller és que no has de tenir por a la mort, perquè forma part del cicle de la vida.

Eduardo: Van fer el tema de la mort, va ser molt bonic i sentimental. Em va semblar que el mètode d'anar aprofundint cada vegada més en el tema era molt intel·ligent. Primer amb cucs de seda, després amb ocells, bebès i persones. Encara que era una mica trist ara puc dir: Ara sí que sé!!!

Marina: He après que no pots viure sense que algú t'estimi. Que cada llàgrima és una abraçada que no et poden fer.

Laura: He après que és millor plorar amb la família, que quan es mor algú ho has de superar i no recordar-ho tant perquè et poses trist.

Laura: He après que la vida s'ha d'aprofitar al màxim perquè de vida només n'hi ha una i no sabem quan durarà...

Roger: He après que les persones no només es poden morir de vells.

Pablo: He après que tothom es mor.

Osama: He après que no només hi sóc jo sinó que també hi són els altres en aquesta vida. Que si algú està plorant no has de dir-li que no plori, has de fer-li companyia. He après com s'han de tractar les persones que estan malament.

Cal formar a professionals (mestres, psicòlegs, infermeres o treballadors socials...) que l'imparteixin en un futur i garantir així els objectius, respectant la filosofia del Taller Ara sí que sé.

Futur del Taller Ara sí que sé

Les sol·licituds per part de les escoles creixen en cada curs. L'any 2009 el Taller Ara sí que sé es va impartir a 250 infants i actualment s'imparteix a més de 3.000 cada curs.

Aquesta creixent demanda ens fa plantejar la necessitat de transmetre l'experiència necessària. Cal formar a professionals (mestres, psicòlegs, infermeres o treballadors socials...) que l'imparteixin en un futur i garantir així els objectius, respectant la filosofia del Taller Ara sí que sé.

Dibuix 6. Valoracions dels infants després d'assistir al Taller Ara sí que sé.

Les seves paraules mostren la necessitat d'expressar el que senten.

Vera Li – *Va ser un taller molt bonic. Em va ajudar a aprendre que plorar és bo. No és gens dolent. La Xusa ens va dir que quan plorem vol dir que estíem molt aquella persona. Quan estimes a algú no has de guardar les llàgrimes, has de plorar i així expresses els teus sentiments. També vaig aprendre que les persones que estimes sempre estaran en el teu cor.*

Ferran – *Jo he après que si algú es mor sempre estarà en el teu cor i que si plora algun company, és que s'estimava molt a aquella persona i no hem de dir-li que pari de plorar.*

Nora – *He après que si algú se't mor o els teus pares es separen, no t'has d'amargar, has de viure cada moment, aquests moments tan especials. Jo la veritat vaig plorar i després em vaig sentir genial.*

Bibliografia

- ARIÉS, P., 1987. *El hombre ante la muerte*. Madrid: Ed. Taurus. ISBN: 9788430608270.
- BROGGI, M.A., 2011. *Per una mort apropiada*. S.l.: Edicions 62. ISBN: 978-84-297-6855-8.
- CARACUEL, M., 1983. *Actitudes ante la muerte y los enfermos terminales en los estudiantes de Enfermería de la Escuela Universitaria de Córdoba*. S.l.: Tesi de llicenciatura. Univ. de Córdoba, 1983.
- CAT SALUT. *Instrucció 10/2015 Atenció a les persones en risc de suïcidi. Codi risc de suïcidi (CRS)*, 2015. setembre 2015. S.l.: Direcció General de Planificació i Recerca en Salut.
- MARTÍNEZ-HERNÁEZ, A. y MUÑOZ GARCÍA, A., 2010. *Un infinito que no acaba. Modelos explicativos sobre la depresión y el malestar emocional entre los adolescentes barceloneses* (España). *Salud Mental*, vol. 33, no. (2), pp. 145-152.
- MÍNGUEZ, J. y RUIZ, M., 2015. *Atención al duelo*. [en línea]. S.l.: Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria. Disponible a: http://amf-semfyc.com/web/article_ver.php?id=1436.
- RODRÍGUEZ, V.G., 2012. *La Inteligencia Emocional en la infancia: Educación, familia y escuela*. *Psicología Online*. Obtingut de http://www.psicologiaonline.com/monografias/1/infancia_ie.shtml,
- ROHRBACH-VIADAS, C., 1997. *Cuidar es antiguo como el mundo y tan cultural como la diversidad de la humanidad*. *Cultura de los cuidados*. Año I, n. 2 (2. semestre 1997); pp. 36-39. ISSN: 1138-1728.
- SERRA LLANAS, X., 2010. *Servicio de acompañamiento al proceso de duelo*. *Revista Àgora de Enfermería*, vol. 14, no. 4. ISSN: 1575-7668.
- SERRA LLANAS, X., 2014. *I jo, també em moriré?* Barcelona: Columna. ISBN: 978-84-664-1839-3.
- TOMÁS-SÁBADO, J. y BENITO, J.G., 2003. *Variables relacionadas con la ansiedad ante la muerte*. *Revista de psicología general y aplicada: Revista de la Federación Española de Asociaciones de Psicología*, vol. 56, no. 3, pp. 257-279. ISSN: 0373-2002.
- TOMÁS-SÁBADO, J. y GÓMEZ-BENITO, J., 2003. *Variables relacionadas con la ansiedad ante la muerte*. *Revista de Psicol. Gral y Aplic.*, vol. 3, no. 56, pp. 257-279. ISSN: 0373-2002.
- TOMÁS-SÁBADO, J. y GUIX LLISTUELLA, E. 2001. *Ansiedad ante la muerte: efectos de un curso de formación en enfermeras y auxiliares de enfermería*. *Revista Enfermería Clínica*, vol. 11, no. 3, pp. 104-109. ISSN: 1130-8621.