



COMO FALAR DE MORTE COM CRIANÇAS

LARISSA COSTA
RHADASSA MARTIM
RICARDO ALMEIDA

APRESENTAÇÃO

Esta cartilha foi escrita através da disciplina de seminários em Emergências e Desastres do curso de Psicologia do UNIFCV. Com intuito de ajudar pessoas que passaram por perda e não saibam como contar para crianças. Pedimos que compartilhem com pessoas que possam se beneficiar com as informações.



MORTE

Superando o tabu

A morte é intrínseca ao desenvolvimento humano, estando presente e deixando sinais em todas as fases da vida dos indivíduos, logo falar sobre a morte pode nos trazer temores, gerar angústia e resultar no desejo de evitar este assunto. Entretanto, esta é uma parte da vida e como seres mortais diferenciamos-nos de outros pela consciência sobre a finitude de nossa existência. A certeza da morte é um dado que perpassa a nossa concepção sobre o homem. Porém, quando se associam as palavras morte e criança ocorre um estranhamento, pois tais palavras parecem contraditórias.

Na atualidade a morte passa a ser escondida, evitando falar sobre ela, numa tentativa de proteger a vida. Como consequência, a atitude mais adequada para lidar com a morte de um ente querido seria fingir que nada aconteceu, que nada mudou, contribuindo, dessa forma, para o medo diante da morte, do desconhecido, ou seja, ao ignorar a representação de morte estamos realizando uma inversão da morte que nos leva a uma negação, a uma não aceitação da morte e a uma falsa sensação de que viveremos eternamente, aumentando, assim, o medo diante da morte.

Sendo que, ao contrário do que muitas vezes se diz, as crianças percebem sim ausências e perdas, por isso devem receber explicações claras, sempre compatíveis com sua idade. Aliás, a criança também tem o direito de vivenciar, à sua maneira, a dor da perda. E na hora de explicar a situação é importante esclarecer que a pessoa que partiu não voltará mais.

LUTO INFANTIL

A criança espera uma resposta do adulto, acredita que ele seja capaz de lhe dizer o que aconteceu. É necessário explicar-lhe que a morte é irreversível, ou seja, que a pessoa que morreu não irá mais voltar à vida.

Especialmente para crianças pequenas, que não entendem metáforas e têm dificuldade de entender o que é mortal, dar respostas concretas é fundamental para que possam entender. Optar por respostas que garantam a diminuição das contradições, das dúvidas e das ambiguidades.

Ter paciência para perguntas que vêm e vão também é fundamental. Crianças, em diferentes momentos, vão reinterpretar e visitar as mesmas questões, de acordo com o que vão entendendo e descobrindo do mundo e da vida.



"VIROU ESTRELINHA"

EVITE METAFÓRAS

Na hora de contar use uma linguagem simples, use o verbo morrer mesmo, as metáforas não funcionam bem, dizer que foi viajar, morar com papai do céu ou que a pessoa dormiu para sempre, são termos incompreensíveis para crianças, principalmente menores de 8 anos, podem fantasiar que haverá uma volta da pessoa falecida ou até medo de dormir e não acordar mais.

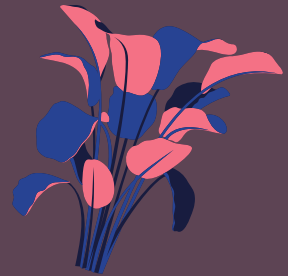


Dicas para abordar a morte com crianças:

- **Convivência com animais de estimação**



- **Cultivo de plantinhas**



- **Desenhos animados, como "Operação Big Hero" e "O Rei Leão"**



- **Livros que de alguma forma tratem do assunto, como "O coração e a garrafa"**



Acolha a criança: deixe que ela se expresse livremente



FONTE: https://br.freepik.com/fotos-gratis/familia-negra-aproveitando-o-verao-juntos-no-quintal_2861346.htm

**Não esconda o que está sentido da criança e seja
verdadeiro!**

FALANDO SOBRE MORTE

- Fale SEMPRE a verdade.
- Deixe a criança sempre na companhia de uma pessoa de confiança que esteja disposta a conversar e dizer o que aconteceu, pois pessoa estranha para esse momento não é legal.
- Falem dos sentimentos de vocês. Se estiverem tristes, com saudades, falem. Isso ajuda a elas se expressarem melhor também.
- Fazer desenhos, escrever alguma coisa pode ajudar a falar dos sentimentos.
- Pergunte se querem participar do momento de despedida (velório, sepultamento, homenagens especiais). Se quiserem ir, explique o que vão encontrar lá, fale do momento triste que vamos ficar bem.
- Avise para nossa escola do momento delicado que estamos passando, eles também precisam estar prontos para ajudar.
- Fique próximo, disponível para as perguntas. E caso percebam que algo, de alguma forma, está fugindo ao controle de vocês, caso vejam que está muito difícil passar por essa fase, peça ajuda de alguém, mas fiquem sempre por perto.
- Eles precisam de vocês para superar esse momento de sofrimento e terminar mais forte para os diversos desafios que enfrentarão na vida, que está só começando.

