

BATECS[?]

Pal·liatius
material didàctic



A continuació, trobaràs una sèrie d'activitats que tenen com a objectiu aprofundir en l'àmbit de pal·liatius i en concret, sobre com vivim i acompanyem a les persones al final del seu cicle vital. També permetran a l'alumnat treballar com afrontem com a societat les pèrdues en general i la mort en particular. I donaran l'oportunitat als joves de parlar obertament sobre aquestes qüestions que sovint s'han convertit en tema tabú. Aquestes activitats poden adaptar-se a les teves necessitats i estan destinades principalment a persones joves de 12 a 18 anys, encara que poden ser utilitzades per un ampli ventall d'edats, ja que la idea principal és fer reflexionar.

Tot el material està distribuït en tres nivells:

Pal·liatius

material didàctic

1 Escolta, reflexiona i actua

Dinàmiques i activitats per realitzar de manera individual o col·lectiva després de visualitzar un vídeo.

- Activitat 1 Por a dir
- Activitat 2 Si et perdo
- Activitat 3 Dóna'm temps
- Activitat 4 Parlant de pal·liatius
- Activitat 5 Què haig de fer
- Activitat 6 Quan s'ha de decidir

2 Per seguir bategant

Llistat de recursos complementaris, com entitats que treballen l'àmbit, webs de referència, pel·lícules interessants, estudis, cançons, etc.

3 Pistes metodològiques

Al final del document trobaràs un espai amb pistes metodològiques per treure més partit a cada proposta.

1

Escolta, reflexiona i actua

Activitat 1

Por a dir

Introducció al tema: La forma com ens relacionem socialment amb la mort influeix en com vivim individualment i col·lectivament la mort d'un ésser estimat. Quan és considerada com a part natural de la vida i acceptem que tot allò que tenim un dia acabarà, aquesta mort resulta més suportable. En aquest cas el dolor que sentim és conseqüència de l'amor que manifestem per aquesta persona a la qual trobem a faltar.

Un element que posa en relleu la forma com viu la mort una societat és el vocabulari que utilitza per referir-s'hi. Aquesta activitat pretén reflexionar sobre com parlem de la mort, convertida avui en dia en un tabú.

Recursos: Fulla per parella amb les preguntes

Número de participants: Entre 5 i 30 persones, depenent de la ràtio del grup classe.

Duració: Una sessió

Metodologia de l'activitat: Per començar l'activitat es proposa iniciar amb una reflexió sobre si habitualment parlem sobre la mort i com ens afecta això a l'hora d'afrontar-la. A més, i fent referència a un altre tema, comentar si els videojocs i pel·lícules han banalitzat la mort.

A partir d'aquesta reflexió fer una llista en la pissarra perquè pugui ser vist per tota la classe, sobre quines paraules o expressions utilitzem per referir-nos a la mort i fins i tot fer un llistat de totes elles. Per exemple, diem sovint: se n'ha anat, ens ha deixat, ha passat a millor vida... És important que els joves vegin que aquestes expressions poden crear confusions, especialment entre els més petits: on se n'ha anat? quan tornarà? ens ha deixat perquè no ens estimava?... Si no s'han dit, el professorat ha d'afegir les paraules següents:

Condolença, Vida, Cures pal·liatives, Acomiadar-se, Suport, Funeral, Esperanza, Mort, Cuidar, Malaltia, Por, Dol

Realitzades aquestes reflexions inicials, es distribueix l'alumnat per parelles i se'ls dóna una fulla amb les preguntes següents:

1

Preguntes:

1. *Què enteneu per tabú?*
2. *Considereu que la mort és un tabú?
Hi ha altres tabús en la nostra societat?*
3. *Per què creieu que la mort s'ha convertit en un tabú social?*
4. *Quines emocions us genera parlar de la mort?*
5. *De què ens protegeix no parlar de la mort? Què ens dificulta no parlar d'aquesta?
Com influeix a l'hora d'acompanyar a algú que està vivint un procés de dol?*
6. *T'han donat alguna vegada la notícia de la mort d'algú estimat o conegut?
Com ho van fer (gestos, persona que va donar la notícia, lloc, moment, paraules...)?
Haguessis preferit que fos d'una altra forma? Què haguessis canviat?*

1

Escolta, reflexiona i actua

Activitat 2

Si et perdo

Introducció al tema: En el nostre dia a dia hi ha petits (o no tant petits) dols que no concebem com a tals però que segueixen un procés similar al que vivim en perdre a un ésser estimat. La separació dels pares, no tenir nota per estudiar el que es desitjava o un trencament sentimental són situacions que ens enfrontem amb allò que volíem que fos i ja mai podrà ser. Aprendre a gestionar aquests dols ens ajudarà a posar en marxa estratègies.

Recursos: Un test per a cada participante i una fulla de “correcció”

Número de participants: Entre 5 i 30 persones, depenent de la ràtio del grup classe.

Duració: Una sessió

Metodologia de l'activitat: Es proposa als joves fer un petit “test” el qual es troba en les següents pàgines. Se'ls donarà només el test amb les preguntes referents a la manera com ells viuen o han viscut algunes situacions de pèrdua. Se'ls convida a respondre individualment i amb honestedat a cadascuna de les situacions que es plantegen. Se'ls dirà que no hi ha respostes correctes ni incorrectes, sinó únicament aquelles que corresponen a la seva realitat. Les respostes són una mica caricaturesques i extremes per afavorir que l'alumnat es posicioni.

Una vegada respostes hauran de comptar quantes respostes han donat corresponents a cada un dels símbols i es llegirà l'explicació relacionada amb cada una de les actituds d'afrontament de la pèrdua. Cada explicació inclou una petita proposta per viure millor les pèrdues.

És important fer notar que, a diferència dels tests utilitzats en psicologia, aquest test no ha passat proves científiques que certifiquin la seva fiabilitat. La seva funció és únicament fer reflexionar els joves i ajudar-los a adonar-se que una mateixa situació de pèrdua es pot viure de maneres molt diferents, i totes són positives si s'aprenen a viure de manera sana.

1

TEST

Respon a aquestes situacions que et plantejem segons el que tu creus que faries. Potser algunes de les situacions plantejades les hagis viscut i d'altres, en canvi, no en tinguis l'experiència. En ambdós casos busca la resposta que més s'acosti a la teva possible reacció. No hi ha respostes correctes ni incorrectes.

1. En acabar el curs, t'adones que no pots estudiar allò que volies perquè no t'arriba la nota. Què faries?

- * Penso que ja estudiaré una altra cosa, no és tan greu.
- @ Doncs passo dels estudis, ja m'és igual tot.
- # Em deprimeixo força i penso que serà difícil trobar un altre àmbit d'estudi que m'agradi.

2. Ets molt fan d'un equip de futbol i resulta que avui ha perdut la final d'una competició important. Què faries?

- @ Millor que ningú em digui res. Maleït entrenador, cal canviar-lo ja!
- # Penso que sempre ens passa el mateix i que mai guanyarem aquesta competició.
- * Doncs hem perdut però diumenge ja comença una altra competició i ja ni me'n recordaré.

3. La mare del teu amic o amiga íntima ha trobat una feina als EUA i tota la família s'hi trasllada el curs vinent. Què faries?

- * Li desitjo un bon viatge i fins aviat.
- @ Si pogués l'aniria a buscar a l'aeroport i el segrestaria perquè es quedés.
- # Em passen les ganes de buscar un nou amic o amiga, perquè total em pot tornar a passar el mateix.

4. Pel teu aniversari has aconseguit, per fi, que et comprin el mòbil que tant desitjaves. Dissabte vas amb els amics a una discoteca per celebrar-ho i en finalitzar la nit t'adones que te l'han robat. Què faries?

- # Em quedaria en un racó plorant sense saber què fer.
- @ Me'n vaig al guarda de seguretat a dir-li que no me'n vaig d'allà fins que no registri a tots els que estan a la discoteca. Maleït lladre! Quan l'enxampi ...
- * Penso que la vida és així, aquestes coses passen.

5. Avui és per fi el dia del concert que portaves mesos esperant. El teu cantant preferit actua a la teva ciutat i és l'única oportunitat de veure'l. Aquest dia t'aixeques amb molta febre i els teus pares t'insisteixen que no et deixen anar en aquestes condicions. Què faries?

- * Doncs ja m'explicaran els meus amics com va ser.
- # Em sento la persona amb més mala sort del món i em passo el dia sense parlar amb ningú.
- @ M'és igual que estigui a 40 de febre, jo no em perdria aquest concert per res del món, així és que decideixo anar-hi igualment.

1

6. Tens una mascota que pràcticament ha crescut amb tu. Un dia arribes a casa i t'adones que s'ha mort. Què faries?

- # Em poso molt trist i em passo una setmana que no tinc gana ni ganes de fer res.
- * Penso que s'ha mort perquè és llei de vida.
- @ Intento buscar de qui és la culpa: algú de la família que no li ha posat el menjar, li ha obert la gàbia o no l'ha portat al veterinari quan tocava...

7. Portes mig any sortint amb una persona de la qual estaves molt enamorat i resulta que aquesta persona et diu que no vol sortir amb tu. Què faries?

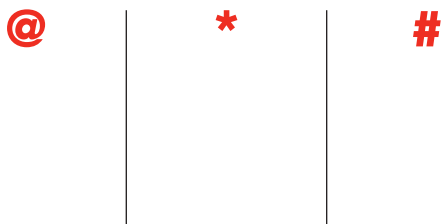
- * Que no vol sortir amb mi ...? Doncs passi-ho bé.
- # Què faré? Era l'amor de la meva vida. Qualsevol que trobi ara segur que em semblarà pitjor.
- @ Estic convençut que hi ha una tercera persona ... quan descobreixi qui és, s'assabentarà de qui sóc jo!

8. Avui acaba per a tu una etapa important (Primària, Secundària, Batxillerat ...). Saps que el curs que ve no estaràs ni amb els mateixos companys, ni al mateix centre ni tindràs els mateixos professors. Què faries?

- # Em fa molta pena, els dic a tots que els trobaré moltíssim a faltar, no sé què faré el curs vinent sense ells.
- * Doncs res, ja hem passat un altre curs més.
- @ Penso que d'aquí no se'n va ningú ... si cal repetim tots cursos.

Correcció del test

Compte quantes respostes tens de cadascun dels símbols i que observa quin és el símbol majoritari.



Ara llegeix el perfil proposat per cadascun dels símbols.

És important recalcar que aquestes explicacions són reflexions sobre diferents formes d'actuar davant una pèrdua. Les persones tendim a actuar d'una determinada manera davant d'unes determinades situacions però que la conducta humana és molt més complexa que el que aquí s'expressa. Un resultat o un altre marca només tendències a actuar d'una o altra manera, no és per res determinista. Les reaccions aquí plantejades no són excloents entre si, si bé hi ha perfils de persones que tendeixen més cap a unes que cap a les altres. L'important és tenir en compte que totes poden ser sanes o insanes, segons el grau, la durada i la intensitat. I totes, en la seva part més sana, poden ser una bona font d'aprenentatges i autoconeixement.

1

Majoria de @:

Actitud colèrica: Les situacions de pèrdua et generen, habitualment, ràbia. Veure que no pots fer res per canviar una determinada situació, et fa sentir impotent i això et fa enfadar. És comprensible no entendre perquè ens passa el que ens passa i ens enfadem perquè ens sentim vulnerables i veiem que no podem controlar-ho tot. Quan això ens passa a vegades intentem buscar culpables o pensem en respostes extremes per intentar evitar a tota costa aquesta pèrdua. Quan tenim una actitud colèrica, és símptoma que tenim una gran sensibilitat, i per tant les coses ens afecten. I això és sa. No obstant això, quan la ràbia ens supera, pot generar-nos conflictes amb persones amb les que en el fons no volem barallar-nos. Si sents ràbia busca, formes no violentes d'expulsar-la. A vegades, l'esport, l'art o una conversa esplaiada amb algú, et pot ajudar a calmar-te sense perjudicar ningú ni perjudicar-te a tu mateix. Busca la millor manera de controlar aquesta ira i que no sigui ella la que et controla a tu.

Majoria de #:

Actitud trista: Les situacions de pèrdua et generen habitualment tristesa. T'adones que hi ha alguna cosa que ja no podrà ser i no tens problemes en expressar la teva pena. Exterioritzar el que sents pot ser positiu i permetrà als que t'envolten saber millor com ajudar-te. Aquesta emoció et fa adonar que per a tu allò que has perdut té un valor. Tot i així, vigila que en ocasions aquesta tristesa pot parilitzar-te de cara al futur. Que una cosa negativa hagi passat en una ocasió no vol dir que hagi de tornar a passar i en tot cas l'experiència viscuda t'haurà permès aprendre com afrontar-ho millor. Els perfils més capaços de mostrar la tristesa també solen tenir una capacitat insòlita per gaudir de la vida. És important tenir en compte que totes dues cares, alegria i tristesa, són emocions necessàries per sobreviure i és sa deixar-nos sentir les dues sense caure en l'error de pensar, quan estem tristos, que ja mai més tornarem a ser feliços.

Majoria de *:

Actitud evitativa: Les situacions de pèrdua et generen respostes bastant neutres a nivell emocional (ni et poses trist en extrem ni t'enfades molt). Segueixes una mica la màxima de: "la vida és així". Aquesta afirmació és certa, ja que a la vida et trobaràs amb moltes situacions de pèrdua. Això no treu que una pèrdua ens remogui d'alguna manera per dins i són aquestes emocions les que hem d'aprendre a gestionar. Negar o intentar evitar les emocions negatives generades per una pèrdua no canviarà la situació i pot ser que a la llarga tingui conseqüències negatives per a tu. Si et passa alguna situació com aquestes és bo ser capaç d'expressar de forma respectuosa aquelles emocions que la situació t'ha generat. Quan aquestes emocions estiguin més calmades ja tindràs temps per donar pas a la raó per poder gestionar-ho. Que la raó no ocultï l'emoció.

1

Escolta, reflexiona i actua

Activitat 3

Dóna'm temps

Introducció al tema: El dol és un procés personal que permet a la persona integrar en el seu dia a dia una pèrdua. Com tot procés requereix un temps que és diferent per a cada individu en funció de les circumstàncies de la pèrdua i els recursos personals i del seu entorn.

S'han arribat a descriure diferents fases del dol que passen per estats tan diferents i alhora complementaris com la negació, la tristesa, la ira i finalment l'acceptació.

Aquest procés presenta moltes variacions entre persones. Quan algú perd un ésser estimat és normal que senti pena, dolor, ràbia o impotència i així té dret a expressar-ho. Moltes vegades no respectem l'evolució d'aquest procés perquè ens fereix veure que gent a qui estimem estigui patint per una pèrdua. Encara que vulguem contenir el dolor, aquest seguirà allà. És important deixar que les persones que estan passant per un dol expressin el que senten, si fos necessari fins i tot amb ajuda professional. Passat aproximadament un any aquest dol sol estar més elaborat (això no vol dir ni oblidar ni deixar de trobar a faltar). Si el procés no es conclou adequadament es pot parlar de dol patològic i serà molt més complicada la culminació d'aquest procés.

Un dol és saludable quan s'aconsegueix entendre que el dolor està relacionat amb l'amor cap a aquesta persona.

Recursos: Fulla amb la cançó escollida i les preguntes.

Número de participants: Entre 5 i 30 persones, depenent de la ràtio del grup classe.

Duració: Una sessió.

1

Recomanacions per un dol sa:

PLORAR

És humà i és una reacció normal quan tenim un sentiment de tristesa

PARLAR

És una forma de desfogar-se i compartir els nostres sentiments i els nostres estats d'ànim.

CONVERSAR AMB ALTRES PERSONES QUE HAGIN PASSAT PROCESSOS SIMILARS

Acostar-se a un grup d'ajuda mútua pot alleujar en gran mesura el nostre dolor en escoltar a altres persones com conviuen amb aquest dol, la qual cosa sempre aporta una esperança.

RECONÈIXER LA PERDUDA

Admetre la pèrdua ens permetrà avançar en l'acceptació.

ESCRIURE EL QUE SE SENT

Ens permet aclarir els nostres propis sentiments i les emocions que hi van associades.

CONREAR L'AFECTE I L'AMOR MUTU

Mantenir comunicació amb els éssers estimats i deixar-nos cuidar.

PRESTAR ATENCIÓ I CONSOLAR ELS NOSTRES ÉSSERS ESTIMATS

Els també elaboren el seu propi dol, no els oblidem.

CONSULTAR UN PROFESSIONAL

Per rebre orientació i consell.

EVITAR PRENDRE RESPONSABILITATS O DECISIONS IMPORTANTS

Ajornar les decisions importants com canviar de casa o de feina.

Metodologia de la activitat: Iniciarem l'activitat parlant del duel mitjançant les recomanacions que es presenten anteriorment i les preguntes que es troben a continuació:

1. *Què consideren què és el dol?*
2. *És bo o dolent passar per un procés de dol?*
3. *Què pot ajudar a algú que està passant per un procés de dol?*
4. *Què els ha ajudat a ells en aquest procés si ho han viscut?*

En aquesta part introductòria és important remarcar la importància de passar per aquest procés i fer-ho de manera que ens porti a anar integrant aquesta nova situació vital.

Abans de l'activitat, l'educador triarà una de les tres cançons en funció del contingut de la cançó, de les qüestions que consideri més adequades i de l'estil musical que consideri que més pot atreure els joves.

1

Tears in Heaven

Eric Clapton

En cas d'escollir aquesta cançó, un cop introduït el tema se'ls proposa una anàlisi del procés de dol que va viure Eric Clapton i que es reflecteix en la seva cançó Tears in heaven.

Se'ls explica que Eric Clapton va patir la mort del seu fill de 4 anys i mig en caure del pis 53 del gratacel on vivia amb la seva mare. Nou mesos després d'aquest tràgic accident va compondre aquesta cançó tan coneguda com commovedora en record al petit.

A continuació, s'escolta amb l'alumnat aquesta cançó un parell de vegades demanant que atenguin al contingut de la lletra. Segons el nivell d'anglès se'ls pot donar la lletra o usar aquest vídeo amb la lletra traduïda al castellà:

<https://www.youtube.com/watch?v=tSem1Nh61Bk>

Un cop vist el vídeo i escoltada la cançó es plantegen les següents preguntes al grup:

1. *Creus que Clapton ha passat per un procés de dol o encara no ha assumit la mort del seu fill? Quines frases de la cançó et fan pensar això?*
2. *En quin sentit creus que compondre aquesta cançó va ajudar Clapton a viure millor el procés de dol? Quines activitats t'ajudarien a tu en una situació com la seva?*
3. *A què creus que es refereix Clapton quan diu que el seu lloc no és al cel?*
4. *Què creus que respondria el seu fill a les preguntes de Clapton?*
5. *Què podries fer tu si algú a qui estimes està patint perquè ha vist morir de cop una persona propera?*

Tears in heaven és un exemple de com l'art ha servit per canalitzar el dolor per la mort d'un ésser estimat i ajudar a altres persones que estan vivint la mateixa situació.

1

Tears in Heaven Eric Clapton

*Would you know my name,
If I saw you in heaven?
Would it be the same,
If I saw you in heaven?
I must be strong and carry on.
Cause I know
I don't belong here in heaven.*

*Would you hold my hand,
If I saw you in heaven?
Would you help me stand,
If I saw you in heaven?
I'll find my way through night and day.
Cause I know
I just can't stay here in heaven.*

*Time can bring you down.
Time can bend your knees.
Time can break your heart,
Have you begging please, begging please.*

*Beyond the door
There's peace, I'm sure.
And I know there'll be no more
Tears in heaven.*

*Would you know my name,
If I saw you in heaven?
Would it be the same,
If I saw you in heaven?
I must be strong and carry on.
Cause I know
I don't belong here in heaven.*

1

No digas nada (Déjà vu)

Cali y Dandee

Aquest duo colombià ens presenta aquest tema en el qual ens mostra la desesperació que sent un noi a l'haver perdut a la seva parella sentimental a causa d'una sobredosi de la noia com a conseqüència d'un trencament sentimental.

Es proposa veure el vídeo dues vegades fixant-se en la lletra

<https://www.youtube.com/watch?v=rDRyzGh3aBg>

Es plantejarà al grup el següent debat conjunt o ben primer individualment i finalment posar en comú el que pensen:

1. *Creus que el protagonista de la cançó té integrada en la seva vida la mort de la noia? Quins elements et fan pensar això?*
2. *Quines preguntes i retrets penses que s'està formulant a ell mateix?*
3. *Amb quin adjectiu o adjectius qualificaries la resposta del noi?*
4. *Com creus que es podria veure afectada una nova relació de parella del noi en el moment personal en què es troba? Consideres que seria una forma adequada de superar el dol? Per què?*
5. *Què li diries al noi si fos el teu amic?*

1

No digas nada (Déjà vu) Cali y Dandee

*No digas nada por favor
que hablando el alma me destrozas
quiero decirte tantas cosas
quiero acordarme de tu olor.*

*No digas nada por favor
no vaya a ser que me despierte
de un sueño en el que puedo verte
y aun puedo hablarte de mi amor.*

*No digas nada ten piedad
solo te pido que mañana por la noche
dormido me des la oportunidad.*

*Llevas tres meses por la noche haciéndome lo mismo
suena mi puerta y estás tú mi espejismo
por dentro grito, grito de la emoción
por fuera me hago el fuerte como si no me temblara el
corazón.*

*Pregunto ¿Qué te pasa? ¿Por qué lloras?
¿Por qué estás tan rara?
Y aunque tú no me hablas me conforma al ver tú cara
Quiero sentir tú mano y no puedo moverme
¿Qué me pasa? Me siento tan raro al verte aquí en mi casa.*

*Siempre quise tener la oportunidad
De poder hablarte una vez más.*

*No te dije que te amaba
Y que, aunque era tú amigo siempre sentí cosas
Mi corazón fue testigo.*

*Siempre quise tener la oportunidad
De poder hablarte una vez más.*

*Te desvaneces con el sol no eres humana
Eres un sueño que me rompe el corazón en la mañana.*

*No, digas, nada, por, favor,
Que hablando el alma me destrozas
Quiero decirte tantas cosas
Quiero acordarme de tu olor.*

*No digas nada por favor
No vaya a ser que me despierte
De un sueño en el que puedo verte
Y aun puedo hablarte de mi amor.*

*No digas nada ten piedad
Solo te pido que mañana por la noche
Dormido me des la oportunidad.*

*Te fuiste un viernes por la noche
Me quitaste todo
Te perdí en mis manos
Fue mi culpa y ahora sufro solo
No entiendo a la vida
La vida me prometió estar contigo
Y fue ella misma la que nunca va a dejarte estar conmigo.
Por las noches en mis sueños puedo verte
Dormido vivo al fin un cuento de hadas
Que, aunque falso es suficiente*

*No me importa cuánto duela despertarme
Igual me duele todo
Y cada segundo del día estás presente.*

*Me acuerdo de todo
La noche perfecta
Y en mi carro te miré a los ojos
Sonreíste y por fin de cogí la mano.*

*Llueve más de un millón de recuerdos juntos y me ciegan
Yo te amo amiga tanto que me quema
Ya no quiero despertarme
La vida sin ti ya no tiene sentido
Prefiero vivir de noche
Sentir que tú no te has ido
Soñando voy a tenerte hasta que se acabe mi vida
Prefiero morir soñando que vivir con tu partida.*

*No, digas, nada, por, favor,
Que hablando el alma me destrozas
Quiero decirte tantas cosas
Quiero acordarme de tu olor.*

*No digas nada por favor
No vaya a ser que me despierte
De un sueño en el que puedo verte
Y aun puedo hablarte de mi amor.*

*No digas nada ten piedad
Solo te pido que mañana por la noche
Dormido me des la oportunidad,
Dormido me des la oportunidad.*

1

Mi lamento (2010) y Qué bonita la vida (2013)

Dani Martín

El cantant del grup El Canto del Loco va començar la seva carrera en solitari amb un disc molt autobiogràfic. En molts dels seus temes recorda el dolor que va patir en morir la seva germana, amb qui tenia una relació molt estreta, de forma sobtada als 35 anys d'edat.

En aquest cas proposem als estudiants escoltar dues cançons que mostren l'evolució personal que ha viscut aquest cantant arran d'aquest fet traumàtic.

Es proposa veure els dos vídeos fixant-se en la lletra:

Mi lamento (2010) [Símbolo] <https://www.youtube.com/watch?v=ntiVJvlqQdE>

Qué bonita la vida (2013) [Símbolo] <https://www.youtube.com/watch?v=XBuYmneAQ28>

Es plantejarà al grup el següent debat conjunt o bé primer individualment i finalment posar en comú el que pensen:

1. *Quins canvis detecteu que ha viscut el cantant durant aquests 3 anys?
Creieu que ha evolucionat en el seu procés de dol? Per què?*
2. *Quines preguntes creieu que s'ha formulat el cantant a partir de la mort de la seva germana?
Creieu que ell ha fugit d'aquestes preguntes o intentat respondre?
Quins elements et fan pensar això?*
3. *Quins elements creieu que han pogut ajudar a Dani Martín en aquest procés?*
4. *Si un amic teu visqués la mort d'un ésser estimat què creus que faries, què li diries?
Què creus que et costaria més?*

1

Mi lamento Dani Martín

*Solo queda mi lamento
y decir: te quiero de verdad,
solo queda que aún te siento
y que siempre te voy a recordar.*

*Me muero si no estás, y ya no estás...
te pierdo y te me vas
te fuiste ya.*

*Porque ya no te tengo
eras mi vida y ya no estás,
y sé que ya no estás.
que me castigue el cielo por si algo hice mal
y sé que ya no estás
te llevo tan tan dentro que ni el tiempo barrerá
y no se va a curar
y es que ya no te tengo y perdón por si no te supe amar.*

*Hoy me quedan tus momentos,
eres la cara más bonita que habrá...
tenerte cerca ha sido el premio
el más grande que he llegado a alcanzar.*

*Me muero si no estás
y ya no estás
te pierdo y te me vas
te fuiste ya.*

*Porque ya no te tengo
eras mi vida y ya no estás
y sé que ya no estás
que me castigue el cielo por si algo hice mal
y sé que ya no estás...
te llevo tan tan dentro que ni el tiempo barrerá
y no se va a curar
es que ya no no tengo y perdón por si no te supe amar.*

*Siempre pienso aunque estés lejos
y te juro que te puedo notar
cerca quedarán tus gestos
y tu carita de princesa, mi hermana.*

*Me muero si no estás,
y ya no estás...
te pierdo y te me vas
te fuiste ya.*

*Porque ya no te tengo eras mi vida y ya no estás
y sé que ya no estás
que me castigue el cielo si algo hice mal
y sé que ya no estás
te llevo tan tan dentro que ni el tiempo barrerá
y no se va a curar
y es que ya no te tengo y perdón por si no te
supe amar.*

1

Qué bonita la vida Dani Martín

*Qué bonita la vida
que da todo de golpe
y luego te lo quita
te hace sentir culpable
a veces cuenta contigo
a veces ni te mira
qué bonita la vida.*

*Qué bonita la vida
cuando baila su baile
Que se vuelve maldito
cuando cambia de planes
ahora juega contigo
otras tantas comparte
qué bonita la vida.*

*Y tan bonita es
que a veces se despista
y yo me dejo ser
y tan bonita es...*

*Es vida lo que me das
vida tu caminar
vida que arranca
cobarde que lucha
que sueña que perderás...*

*Vida que vuelve a dar
vida que sola estás
vida repleta de gente
que nace, que vive
que viene y va.*

*Qué bonita la vida
tantas veces enorme
te acaricia y te mima
te hace sentir tan grande
a veces eres su niño
a veces enemiga
que bonita la vida.*

*Qué bonita la vida
que regalo tan grande
que luego te lo quita
te hace no ser de nadie
a veces un sinsentido
otras tantas gigante
qué bonita la vida.*

*Y tan bonita es
que a veces se despista
y yo me dejo ser
y tan bonita es...*

*Es vida lo que me das
vida tu caminar
vida que arranca
cobarde que lucha
que sueña que perderás
vida que vuelve a dar
vida que sola estás
vida repleta de gente
que nace, que vive
que viene y va.*

*Y tan bonita es
que a veces se despista
y yo me dejo ser
y tan bonita es...*

*Es vida lo que me das
vida tu caminar
vida que arranca
cobarde que lucha
que sueña que perderás
vida que vuelve a dar
vida que sola estás
vida repleta de gente
que nace, que vive
que viene y va.*

Vida, vida, vida, vida...

*Qué bonita la vida
que te mece con arte
que te trata de usted
para luego arroparte
te hace sentir valiente
otras tantas don nadie
qué bonita la vida.*

1

Escolta, reflexiona i actua

Activitat 4

Parlant de pal·liatius

Introducció al tema: Cada vegada les cures pal·liatives estan més presents a la nostra societat com una manera d'acompanyar les persones, tinguin l'edat que tinguin, en el moment d'una malaltia terminal.

L'OMS defineix les cures pal·liatives com:

“Una manera d’abordar la malaltia avançada i incurable que pretén millorar la qualitat de vida tant dels pacients que afronten una malaltia com dels seus familiars, mitjançant la prevenció i la disminució del sofriment a través d’un diagnòstic precoç, una avaluació adequada i el tractament adequat del dolor i altres problemes tan físics com psicològics i espirituals.”

Recursos: Paper gran de mural i 6 post-its per a cada alumne/a (un de cada color)

Número de participants: Entre 5 i 30 persones, depenent de la ràtio del grup classe.

Duració: Una sessió.

Metodologia de l'activitat: Es proposa començar l'activitat retallant 6 trossos de paper mural. En cada un d'ells s'escriu una d'aquestes paraules relacionades amb els pal·liatius:

autonomia, objecció de consciència, pal·liatius, sedació, terminal i voluntat anticipada

Al tenir les paraules escrites es penjen aquests murals repartits per la classe deixant espai entre ells. Es reparteixen 6 post-its (taronja, verd, rosa clar, rosa fúcsia, groc pàl·lid, groc fluorescent) per a cada alumne/a i se'ls demana que es vagin movent per la classe i penjant un post-it sota de cada paraula amb una idea o frase que relacionin amb aquest concepte (pot ser relacionat amb el concepte mateix o amb les emocions que els generi). En cas que desconeguin la paraula, s'escriurà un interrogant. No es poden repetir paraules.

Finalment es posaran en comú els resultats i s'elaborarà conjuntament una definició en la línia del que se suggereix a continuació.

1

Definicions:

AUTONOMIA

Capacitat per poder escollir lliurement entre diferents concepcions la forma en què es vol viure. Aquesta capacitat dóna sentit genuí a la nostra vida i inclou la manera en què volem que sigui el final de la nostra vida.

OBJECCIÓ DE CONSCIÈNCIA

Dret individual a no atendre demandes d'actuació que resultin incompatibles amb les pròpies conviccions morals.

PAL·LIATIUS

Cures actives destinades a malalts amb processos avançats i incurables i als seus familiars, amb especial atenció a la comoditat i la qualitat de vida.

SEDACIÓ

Administració de fàrmacs per aconseguir l'alleujament, impossible d'obtenir amb altres mesures, d'un patiment físic i/o psicològic, a través de la disminució prou profunda i previsiblement irreversible de la consciència en un pacient, la mort del qual es veu propera, seguint la seva demanda o acceptació.

TERMINAL

Es diu d'aquesta malaltia incurable, progressiva, sense resposta al tractament que es preveu que porti el pacient a la mort en uns pocs mesos.

VOLUNTATS ANTICIPADES

Instruccions que una persona major d'edat, amb capacitat suficient i de manera lliure, adreça al seu metge o metgessa, per tal que les tingui en compte quan la persona es trobi en una situació en què les circumstàncies no li permetin d'expressar personalment la seva voluntat.

1

Escolta, reflexiona i actua

Activitat 5

Quan s'ha de decidir

Introducció al tema: Quan una persona té una malaltia en fase terminal segueix sent persona. Això significa, entre d'altres coses, que té dret que es respecti la seva voluntat. Aquesta voluntat autònoma implica prendre decisions importants de forma lliure, competent i ben informada.

Perquè aquest dret sigui respectat és bàsica l'actuació dels professionals sanitaris. Ells conduiran un diàleg obert i serà amb el pacient per ajudar-lo a verbalitzar el que sent i el que necessita.

Una de les grans barreres perquè això sigui possible esdevé quan la malaltia està tan avançada que el pacient no respon i per tant no és capaç de triar allò que prefereix (moment en el qual hauran de decidir per aquesta persona altres persones properes).

Per poder evitar aquesta situació, sempre que és possible s'elabora un document de Voluntats Anticipades, emmarcat en un PAC (Pla Anticipat de Cures).

Recursos: Fulla per grup del cas i la fulla amb la informació del rol.

Número de participants: Entre 5 i 30 persones, depenent de la ràtio del grup classe.

Duració: Una sessió.

Metodologia de la activitat: Aquesta activitat tracta de fer un role-playing, és per això que en primer lloc s'ha de distribuir la classe en 5 grups.

Quan estigui la classe organitzada, es repartirà la fulla amb el plantejament del cas. Després de llegir en veu alta la situació, es repartirà a cada grup un paper en el qual s'especifica quin personatge de la situació hauran d'analitzar en profunditat. En el mateix paper tenen algunes preguntes per facilitar l'empatització.

Se'ls deixarà un temps i, posteriorment, un representant de cada grup sortirà a escenificar la situació en la qual es trobi el seu personatge. Aquesta escenificació serà improvisada ja que els grups hauran treballat primerament per separat.

Tindrem d'una banda l'escena de la doctora parlant amb Rosa per saber com viu la seva situació i com es troba a nivell anímic. D'altra banda, veurem al marit i als dos fills discutint sobre la necessitat o no de redactar aquest document.

1

Informació necessària:

DIP (Document d'Instruccions Prèvies): Conjunt d'instruccions a través de les quals una persona, proveint la possibilitat de perdre en un futur capacitats mentals indica al metge o equip sanitari com hauria de ser tractada. Es tracta d'un document signat davant notari, funcionari públic o per tres persones sense un vincle familiar amb el malalt. Les persones deixen constància del tractament que desitjarien rebre o no i designen un representant que exercirà d'interlocutor vàlid quan el malalt no estigui capacitat per fer-ho.

Si es desitja més informació sobre aquesta qüestió es pot consultar aquesta guia pràctica de cures paliatives del Ministeri de Sanitat i consum:

<http://paliativossinfronteras.org/>

1

EL CAS QUE ENS OCUPA

La Rosa és una dona de 60 anys que porta els últims dos anys lluitant per curar-se del càncer que pateix. Els metges han provat els tractaments més eficaços i fins i tot algun que està en fase experimental amb un resultat poc esperançador.

El personal sanitari està seguint de prop el cas i veu poques possibilitats de curació. La Dra. Sánchez ha suggerit a la família que seria interessant elaborar un Document de Voluntats Anticipades per recollir la voluntat de la Rosa en el cas que més endavant ella no estigués capacitada per prendre decisions i d'aquesta manera respectar la seva voluntat.

En Joan, el marit de la Rosa, i els seus fills Andreu i Pau (majors d'edat) es reuneixen per decidir si segueixen o no la recomanació de la doctora.

D'altra banda la Dra. Sánchez es dirigeix a la Rosa per poder comprovar el seu estat d'ànim i després debatre amb la família la millor manera de plantejar-se entre tots la qüestió.

ROLS

Rosa

la pacient

La Rosa s'està adonant que el personal mèdic està utilitzant ja els últims tractaments possibles per guarir-la. Porta dos anys malalta i comença a estar cansada de passar tant de temps a l'hospital, troba a faltar casa seva.

D'altra banda està preocupada per l'estat d'ànim dels seus familiars, que estan deixant de banda les seves vides personals per atendre-la.

Discuti en grup aquestes preguntes que us ajudaran a preparar la interpretació que després realitzarà una persona del grup.

1. *Què creus que la Rosa desitjaria sentir del seu metge? I dels seus familiars?*
2. *Creus que la Rosa intueix que la seva malaltia està entrant en fase terminal? Quines emocions creieu que li genera aquest pensament? Per què?*
3. *Quina o quines creus que són les seves necessitats més importants en aquest moment?*

1

Dra. Sánchez oncòloga

Porta cinc anys treballant a la planta d'oncologia del mateix Hospital. Li agrada molt la seva feina, sobretot la part més humana que implica la relació amb el pacient. Tot i això, creu que mai s'acostumarà al fet que els metges no sempre són capaços de curar les persones a les quals atenen.

Avui ha anat a visitar la Rosa a la seva habitació per veure com es troba avui. Vol parlar una mica amb ella a veure com està, què necessita i què li preocupa.

Discuti en grup aquestes preguntes que us ajudaran a preparar la interpretació que després realitzarà una persona del grup.

1. *Com entrarà la Dra. a l'habitació ? Què li dirà i com ho farà respectant la seva intimitat?*
2. *Què creus que la Rosa necessita escoltar de la metgessa que l'atén?*
3. *Què li preguntarà per saber com es troba?
Ho farà de manera directa o inclourà aquesta pregunta dins d'una conversa més àmplia?*

Joan el marit de la pacient

En Joan porta 35 anys casat amb Rosa a qui se sent molt unit. Ell és dels que pensa que l'esperança és l'últim que es perd. Per aquest motiu no vol ni sentir a parlar de redactar un document d'aquest estil. Pensa que aquest últim tractament experimental que estan provant amb ella la curarà i no vol perdre el temps amb papers que són per a "persones que es moriran".

Discuti en grup aquestes preguntes que us ajudaran a preparar la interpretació que després realitzarà una persona del grup.

1. *Què entens tu per esperança?
Creus que Joan podria mantenir una actitud esperançadora alhora que acceptar la redacció del document per part de la seva dona?
De quina manera?*
2. *Creus que l'actitud d'en Joan l'està ajudant o és una reacció de negació?
Per què?*
3. *Quins arguments donaria en Joan als seus fills per convèncer-los de no proposar a la Rosa la redacció d'un Document de Voluntats Anticipades?
Què creus que li preocupa en el fons?*

1

Andreu

fill gran de la Rosa (32 anys)

L'Andreu és el més gran dels dos fills i se sent molt responsable de la seva família. S'adona que el seu pare està patint molt per la situació de la seva mare i que a vegades és massa emocional a l'hora de prendre decisions. Ell opina que a vegades cal ser pràctic i que si s'elabora ara el Document, la seva mare podrà opinar i decidir sobre la seva pròpia malaltia i no hauran de ser ells els qui decideixin més endavant què cal fer.

Intenta convèncer el seu germà i el seu pare que cal explicar-li a la mare el que l'oncòloga ha proposat per començar com més aviat millor. Així ja tindran una cosa menys en què pensar i podran centrar-se en altres assumptes de la seva mare sobre els quals també hauran de decidir.

Discuti en grup aquestes preguntes que us ajudaran a preparar la interpretació que després realitzarà una persona del grup.

1. *Quins arguments concrets donarà l'Andreu a la seva família per convèncer-los?
Per què creu que la seva mare hauria d'estar informada?*
2. *Quins dubtes proposa al seu pare i al seu germà que han de plantejar a la doctora?*
3. *Què opines de la reacció de l'Andreu?
Com la qualificaries?*

Pau

fill petit de la Rosa (29 anys)

A en Pau tota aquesta situació el supera. Quan li van detectar el càncer a la seva mare ell estava planificant un viatge per Amèrica Llatina durant uns mesos amb uns amics i va marxar. En tornar va veure que la seva mare havia empitjorat i li va xocar molt el contrast. Ara se sent malament per no haver estat a prop seu al principi i no es mou del seu costat, tement el desenllaç fatal.

En Pau pensa que el seu germà Andreu està sent egoista, ja que vol fer-li passar a la mare aquest mal tràngol per fugir de ser ell qui prengui decisions. Per aquest motiu no està d'acord en proposar a la seva mare que redacti el Document. Pensa que el seu germà no està pensant en la seva mare i en com se sentirà havent de decidir certes coses en aquest moment. Creu que aquest Document és només una forma de treure'ls de sobre la responsabilitat de ser ells els que decideixin sobre la seva mare.

Discuti en grup aquestes preguntes que us ajudaran a preparar la interpretació que després realitzarà una persona del grup.

1. *Estàs d'acord que redactar un Document de Voluntats Anticipades és una forma d'al·ludir responsabilitats? Per què?*
2. *Quines coses concretes creus que en Pau pensa que la Rosa sentirà i pensarà al redactar el DIP?*
3. *Com descriuries que ha evolucionat la relació entre els germans arran de la malaltia de la Rosa?*

2

Per seguir bategant



Una web

Fundación Mario Losantos del Campo

<http://blog.fundacionmlc.org/>

Bloc de la Fundació Mario Losantos del Campo sobre el dol en la infància i l'adolescència.

Cuidados Paliativos

<http://cuidadospaliativos.info/>

Portal web creat pel Grup de Treball de Cures Pal·liatives de la Societat Castellà Lleonesa de Medicina Familiar i Comunitària per contribuir a l'expansió de les Cures Pal·liatives en la Comunitat.



Un llibre

I jo, també em moriré?

SERRA, XUSA | 2014 | **Barcelona, Ed. Columna**

Com es pot ajudar els infants i els joves a conviure amb la pèrdua i la mort de qui estimen.

Consells per a joves davant el significat de la mort

WOLFELT, ALAN | 2003 | **Barcelona, Editorial Diagonal**

Quan ets jove, la mort d'algú proper pot ser molt dolorosa. Ser jove ja és difícil, però ser un jove que ha d'enfrontar-se a la mort ho és encara més. L'objectiu d'aquest llibre és intentar entendre aquest dolor tan particular. En ell es trobessin consells pràctics i idees simples que ajudaran en aquest viatge a través del desconcert i la tristesa.

2 Una pel·lícula

Mi chica

Director: Howard Zieff | **1991** | **Durada:** 90 min.

Veda és una nena obsessionada amb la mort: la seva mare ha mort i el seu pare dirigeix una funerària. Com està enamorada del seu professor d'anglès, s'apunta a l'estiu a uns cursos de poesia només per impressionar-li. Thomas J., el seu millor amic, és al·lèrgic a les abelles. El pare de Veda contracta a Shelly, una experta maquilladora, i aviat s'enamora d'ella, però la nena intentarà torpedinar la relació.

Un monster em ve a veure

Director: J.A. Bayona | **2016** | **Durada:** 100 min.

Set minuts després de la mitjanit, Conor desperta i es troba un monstre en la finestra. Però no és el monstre del malson que té gairebé totes les nits des que la seva mare va començar l'ardu i incansable tractament. No, aquest monstre és alguna cosa diferent, antic i vol el més perillós de tot: la veritat. Un llibre que ens parla de la nostra dificultat per acceptar la pèrdua i dels llaços fràgils, però extraordinàriament poderosos que ens uneixen a la vida.

Els descendents

Director: Alexander Payne | **2011** | **Durada:** 115 min.

Matt King (George Clooney), casat i pare de dues nenes, es veu obligat a replantejar-se la vida quan la seva dona pateix un terrible accident que la deixa en coma. Intenta maldestrament recompondre la relació amb les seves problemàtiques filles - la precoç Scottie, de 10 anys (Amara Miller), i la rebel Alexandra, de 17 (Shailene Woodley) - alhora que s'enfronta a la difícil decisió de vendre les propietats de la família. Hereus de la reialesa hawaiana i dels missioners, els King posseeixen a Hawaii terres verges d'un valor incalculable.

2



Un material didàctic

FAPAC

<http://www.fapac.cat/ifamilies/la-mort-un-tema-que-sens-fa-dificil>

Recull de temes relacionats amb la mort i, diversos recursos per a destinar-se a un ampli ventall.

Posa't en el seu lloc

<http://www.acpeah.org/sites/default/files/related/final%20posat.pdf>

Iniciativa de l'Associació Catalana de Professionals de l'Educació en l'Àmbit Hospitalari (ACPEAH) i el Grup de Recerca en Educació Moral de la Universitat de Barcelona (GREM) que s'adreça als alumnes de Primària i Secundària dels centres educatius de Catalunya, amb la voluntat que d'apropar-los a la realitat dels infants i adolescents malalts.



Una entitat

SEIT

<http://tanatologia.org/seit/gruposapoyo-espana.html>

Pàgina web de la SEIT (Societat Espanyola i Internacional de Tanatologia) que recull diferents grups de suport al dol classificats per comunitats autònomes.

3

Pistes Metodològiques

Activitat 1

Por a dir

Es tracta d'una activitat inicial, per trencar el gel sobre la temàtica del dol i la mort. Pot realitzar-se fins i tot abans del visionat dels vídeos i com a primera activitat sobre l'àmbit. L'objectiu és començar a obrir el debat sobre com ens relacionem amb la mort a la nostra societat, a partir del debat inicial, i quin vocabulari hi fa referència. També posar de relleu que la mort és un tabú a la nostra societat i que difícilment ens hi relacionem de manera oberta.

Un cop finalitzada l'activitat es pot posar en comú com ha anat, com s'han sentit els joves i si coneixien totes les paraules. I engegar el debat sobre el tabú de la mort, a partir de les preguntes plantejades.

Si es vol aprofundir en la qüestió se'ls pot preguntar també si coneixen aquest vocabulari en la llengua o les llengües estrangeres que estudiïn, ja que poques vegades forma part del currículum d'aquestes matèries si no és relacionat amb el gènere de terror o la festivitat de Halloween. Si s'estima oportú seria interessant plantejar al professorat de llengua estrangera la inclusió de part d'aquest vocabulari en les seves classes com a exemple de com es parla i viu la mort amb naturalitat.

Una altra possibilitat que pot resultar interessant és plantejar si creuen que totes les cultures viuen la mort de la mateixa manera. Fins i tot, si hi ha diversitat cultural dins de l'aula, es pot demanar a l'alumnat que li vingui de gust explicar-ho, com es viu la mort i com són els rituals funeraris en els seus països d'origen. Hi ha un petit resum aquesta pàgina:

http://www.plusesmas.com/muerte/sociedad_y_muerte/la_muerte_en_las_distintas_religiones/608.html

Si en el centre hi ha una assignatura com a cultura religiosa també es pot realitzar un treball que analitzi la visió que es té sobre la mort i els rituals funeraris des de les diferents creences.

3

Pistes Metodològiques

Activitat 2

Si et perdo

Aquesta activitat permet aprendre a reflexionar sobre la pròpia forma de respondre a situacions de pèrdua, però també està estretament relacionada amb aspectes d'educació emocional.

Sigui quina sigui la resposta de l'alumnat és important tenir en compte aquests elements:

- 1. El primer pas és reconèixer quina emoció m'ha generat aquesta situació i acceptar-la com a lícita.**
- 2. Després cal reconèixer la intensitat d'aquesta emoció i veure si m'està generant conseqüències no desitjades: m'impedeix avançar, em genera conflictes amb persones que podrien ajudar-me, em bloqueja ...**
- 3. Cercar una forma acceptable socialment de canalitzar aquestes emocions: compartir-ho amb amics, fer esport, expressar-les a través de l'art, buscar ajuda professional...**

Si es detecta que a l'alumnat li costa reflexionar sobre la seva forma d'actuar, possiblement encara tingui més dificultats en expressar les emocions que li genera. En aquest cas seria interessant ampliar l'activitat amb altres relacionades amb l'expressió d'emocions.

És possible que durant l'activitat apareguin també opinions relacionades amb les diferències de gènere en relació a la forma de viure i expressar les emocions. Seria important abordar aquesta qüestió en la mateixa sessió o en una sessió posterior. Plantejar aquest debat pot ajudar a trencar estereotips de gènere i sobretot permetre els nois i noies viure les seves emocions en relació a la seva personalitat i no a causa d'imposicions per motius de gènere.

3

Pistes Metodològiques

Activitat 3

Dona'm temps

En aquesta activitat es posa de manifest que la mort sovint és un tabú en la nostra societat. Això pot fer que a l'hora de treballar el dol amb el grup es puguin generar situacions d'incomoditat. L'objectiu principal de l'activitat és reconèixer el dol com a procés natural després de la mort d'un ésser estimat i analitzar diferents processos de dol a través de la música.

Com a educadors és important plantejar obertament aquestes qüestions però cal tractar el tema amb delicadesa i acceptant la possibilitat que allò que diguem impacti sobre processos de dol que pugui estar vivint el nostre alumnat.

Si saps que hi ha algun alumne o alumna que es pot veure afectat en especial pel que es parli és recomanable parlar amb aquesta persona abans d'iniciar l'activitat. Així es pot reflexionar conjuntament sobre la idoneïtat de fer l'activitat en aquest moment o de pactar estratègies per si en un moment donat la persona afectada se sent incòmoda. Hi ha diferents opcions: permetre que sigui a prop de les seves amistats perquè se senti més acompanyada, explicar-li abans tota l'activitat, o, si així ho prefereix, no fer-li a aquesta persona preguntes en veu alta davant de tota la classe. Fins i tot, si es considera convenient, permetre a la persona no estar a classe a aquella hora i fer aquesta activitat per escrit de forma més privada o amb el psicòleg o orientador del centre.

Es tracta en definitiva d'acompanyar l'alumne amb el màxim respecte cap al procés que pugui estar vivint i sobretot no fer res que pugui ser contraproduent pel seu propi procés.

Després de la sessió és important aprofitar els moments més informals per parlar amb els nois i noies i saber com estan per fer-los si cal una mica d'acompanyament.

Aquesta activitat està pensada per treballar el procés de dol en general, no per acompanyar el grup en un procés de dol col·lectiu. En cas que hi hagi hagut en l'entorn del grup una mort significativa és millor buscar activitats que permetin parlar de les seves pròpies emocions i realitzar algun ritual de comiat. I buscar sempre que sigui necessari l'ajuda d'un professional que ens ajudi.

3

Pistes Metodològiques

Activitat 4

Parlant de paliatius

Aquesta activitat pretén endinsar-se en l'àmbit de les cures paliatives, per entendre bé en què consisteixen i en què poden ajudar les diferents persones implicades en processos de malalties greus.

La dinàmica d'aquesta activitat està pensada per a trencar l'organització habitual de l'aula. Per aquest motiu és important que les diferents paraules estiguin separades de manera que es permeti a l'alumnat moure's lliurement per l'aula sense cap ordre establert. Tampoc es dóna cap consigna en relació a si s'han de moure individualment, en parella o en grup. D'aquesta manera deixem oberta la possibilitat que es generi un debat espontani entre companys que potser no es donaria amb el grup més gran.

L'educador passejarà per l'aula acompanyant els joves i formulant preguntes que ajudin a la reflexió.

En cas de percebre que l'alumnat desconeix la majoria de conceptes, es pot començar amb les definicions i llavors les paraules escrites han de ser més relacionades amb les emocions o els dubtes que els generi aquest concepte.

Si es recullen molts dubtes en relació a un concepte es pot proposar a l'alumnat realitzar una recerca que les respongui.

En l'apartat "Per seguir bategant" es recull material complementari per aprofundir sobre el tema. Igualment, es pot consultar aquesta guia pràctica de cures paliatives del Ministeri de Sanitat i consum:

<http://paliativossinfronteras.org/>

3

Pistes Metodològiques

Activitat 5

Quan s'ha de decidir

La complexitat d'aquesta activitat en relació al contingut de les respostes exigeix un coneixement previ en relació a les cures pal·liatives. Per aquest motiu seria convenient abans d'iniciar-la situar a l'alumnat en la qüestió i haver realitzat alguna de les activitats anteriors o haver treballat algun dels batecs on es parla de cures pal·liatives.

Tenint en compte que es tracta d'una qüestió delicada és interessant situar a l'alumnat en la necessitat de tractar la qüestió amb respecte i entendre que pugui haver-hi algú que no se senti còmode parlant sobre el final de la vida.

Aquesta activitat, plantejada com a joc de rol, té com a finalitat empatitzar amb les persones que intervenen en l'acompanyament al final de la vida i entendre la dificultat de prendre decisions en aquests moments. Igualment, implica conèixer que mecanismes estan a l'abast de tota persona en relació a la seva salut.

Per a realitzar aquesta activitat serà interessant deixar temps a cada grup per entendre bé la postura de cada personatge, explorant els sentiments i emocions de cadascun. En aquest sentit, pot ajudar el fet de visualitzar alguns batecs sobre l'àmbit.