



*Manual de Orientações de  
Comunicação com Crianças sobre  
a Morte por Suicídio  
de um Familiar*

*Profa Samantha Mucci*



SETEMBRO, 2024

## *Introdução*

Comunicar a morte de um familiar a uma criança é sempre uma tarefa delicada e dolorosa, especialmente quando a causa é o suicídio.

Este manual visa fornecer orientações para ajudar os adultos a abordarem essa questão com sensibilidade, honestidade e cuidado, respeitando a capacidade de compreensão de cada criança.

## *Preparação para a Conversa*

**Escolha o momento adequado:** Encontre um ambiente tranquilo e confortável, onde a criança se sinta segura. Evite interrupções e certifique-se de que você tem tempo suficiente para a conversa e para responder às perguntas que possam surgir.

**Esteja preparado:** Antes de falar com a criança, converse com outros adultos envolvidos (pais, responsáveis, pessoas que a criança tenha vínculo de confiança) para alinhar as informações que serão compartilhadas. Isso ajuda a evitar contradições e a fornecer uma mensagem clara e coesa.

**Conheça a criança:** Considere a idade, a maturidade emocional e o nível de compreensão da criança sobre a morte. Adapte a linguagem e a quantidade de detalhes de acordo com essas características.

## Como Comunicar

1. Use uma linguagem clara e simples: Explique a situação de forma direta, usando palavras que a criança possa entender. Evite eufemismos ou metáforas que possam confundir a criança. Por exemplo, em vez de dizer "ele foi embora" ou "ela está dormindo" ou "virou estrelinha", diga que "ele morreu" ou "o corpo dela parou de funcionar".

Lembre que crianças mais novas podem precisar de explicações mais simples, enquanto as mais velhas podem estar prontas para uma conversa mais aprofundada.

Exemplo:

- Para crianças mais novas: "O tio João estava muito doente e fez algo que machucou muito ele mesmo. Ele morreu."
- Para crianças mais velhas: "O tio João estava muito triste e sentindo muita dor por dentro. Ele tirou a própria vida."

## *Como Comunicar*

2. **Seja Honesto:** Não esconda a verdade, mas evite detalhes que possam ser perturbadores. A honestidade ajuda a construir confiança e a evitar que a criança imagine cenários ainda mais assustadores.

3. **Responda às Perguntas:** Esteja preparado para responder às perguntas da criança de forma honesta e apropriada para a idade. Se não souber a resposta, seja sincero e diga que não sabe, mas que está ali para apoiar. É válido dizer "Eu não sei, mas podemos descobrir juntos", ou "Isso é algo que muitas pessoas não têm certeza."

## Como Comunicar

4. Esteja disponível e permita que a criança expresse suas emoções: Seja paciente e ofereça um ombro para chorar, um ouvido para ouvir e um abraço para confortar. Dê tempo para que a criança faça perguntas e a deixe a vontade para que possa expressar o que está sentindo, seja tristeza, ansiedade, raiva, medo, culpa ou confusão.

5. Valide os sentimentos: Reconheça e valide os sentimentos da criança. Ajude a identificar e nomear o que está sentindo. Diga que é normal sentir-se assim e que você está lá para ajudá-la a lidar com esses sentimentos.

6. Ofereça conforto e segurança: Reforce a ideia de que, apesar da perda, a criança ainda está segura e é amada. Reforce que pretende estar por perto e disponível quando ela precisar, que pretende manter a rotina e eu poderam falar sobre a pessoa que morreu quando ela quiser. A presença e o apoio dos adultos são fundamentais para o processo de luto.

## *Como Comunicar*

7. Explique sobre os rituais de despedida e verifique se ela quer estar presente: Permita que a criança participe de cerimônias, como o funeral ou um memorial, caso ela se sinta confortável. Isso pode ajudar na compreensão do que aconteceu e no processo de luto. Fale como é um velório, enterro ou cremação. Importante a criança poder prever o que irá acontecer. Comente que é um momento que as pessoas estarão emocionadas, poderão chorar, contar histórias sobre a pessoa que morreu. Peça a um adulto de confiança da criança que possa acompanhá-la durante a cerimônia de despedida que possa observar como a criança está lidando, assim como, esclarecer suas dúvidas e oferecer leva-la pra caso ela demonstre que não quer mais participar.

8. Criação de rituais próprios: Caso a criança não se sinta confortável em participar dos rituais, ajude a criança a criar um ritual pessoal, como desenhar, plantar uma árvore em memória da pessoa falecida, escutar uma música que gostavam de ouvir juntas ou fazer uma oração. Algo que seja significativo da relação da criança com a pessoa que morreu.

## O que evitar

1. **Eufemismos e Meias Verdades:** Evite frases como "ele foi dormir" ou "ele foi para um lugar melhor", pois podem criar confusões e medos desnecessários.
2. **Detalhes:** Não forneça informações sobre o método de suicídio. Isso pode ser perturbador e desnecessário para a criança.
3. **Culpa ou Julgamento:** Evite culpar a pessoa falecida ou discutir as razões do suicídio de forma negativa. Foque em explicar que a pessoa estava doente e que ninguém é culpado pelo que aconteceu.



## *Cuidando dos pequenos*

1. **Converse sobre o que vai mudar:** Após alguns dias, converse com a criança sobre as mudanças que ocorrerão e o que está organizando para garantir que mantenha sua rotina e para mantê-la segura (por exemplo, quem cuidará da criança, quem levará para escola, quem irá estar próximo pra tentar manter ao máximo suas atividades). É importante para a criança que ela saiba o que esperar e o que terá de mudanças para lidar.
  2. **Relembre momentos com a pessoa que morreu:** Importante lembrar quem a pessoa era em vida, do que ela gostava, valorizar momentos que estiveram juntos, lembranças afetivas e memórias são importantes para o processo de luto. Compartilhe lembranças suas e também fale sobre seus sentimentos, ajudará a criança compreender sobre processo de luto.
- 

## *Cuidando dos pequenos*

3. **Mantenha a Comunicação Aberta:** Deixe claro que a criança pode fazer perguntas e falar sobre seus sentimentos a qualquer momento. A comunicação contínua é essencial para o processo de luto.

4. **Promova Memórias Positivas:** Encoraje a criança a lembrar dos momentos bons e das qualidades positivas da pessoa que faleceu. Trazer lembranças afetivas ajuda a lidar com a tristeza da perda.



## *Cuidando dos pequenos*

5. Leia e assista filmes infantis sobre morte e luto: Há livros apropriados para cada idade que abordam o tema da morte de forma sensível e compreensível. Eles podem ser uma excelente ferramenta para ajudar a criança a entender e processar a perda. A leitura conjunta com a criança de livros que abordem a temática da morte, assim como, assistir filmes junto com a criança ajuda a abrir um espaço de expressão de dúvidas, questionamentos e sentimentos. Após a leitura ou ao assistir um filme, pergunte sobre os personagens que mais gostou e que menos gostou, qual parte do livro ou do filme chamou mais sua atenção, se teria algo que mudaria... Assim, você abrirá um espaço de reflexão criativo com a criança.

OBS: Lista de livros e filmes no site [www.proalu.com.br](http://www.proalu.com.br)





## *Cuidando dos pequenos*

6. Respeite o tempo da criança: Não apresse o processo de luto. Cada criança lida com a morte de forma diferente. Respeite o tempo que ela precisa para entender e processar a perda. Esteja disposto a revisitar o tema conforme a criança cresce e faz novas perguntas ou entende a morte de maneira diferente.

7. Busque apoio profissional se necessário: Esteja atento a mudanças de comportamento ou sinais de sofrimento emocional. Se a criança tiver dificuldades prolongadas para lidar com a perda ou apresentar sinais de sofrimento profundo, pode ser útil buscar o apoio de um psicólogo infantil ou um terapeuta especializado em luto.





## Considerações Finais



Comunicar a morte para criança é uma parte crucial de ajudá-la a entender e lidar com a realidade da perda. A honestidade, o apoio emocional e a abertura para discussões contínuas são fundamentais para ajudar a criança a passar por esse processo de forma saudável.

Lidar com a morte de um familiar por suicídio é um desafio imenso tanto para adultos quanto para crianças. A abordagem sensível e cuidadosa pode fazer uma diferença significativa na maneira como a criança processa e lida com a perda.

Lembre-se de que cada criança é única e pode reagir de maneiras diferentes, portanto, esteja preparado para ajustar a sua abordagem conforme necessário.

Essas orientações são um ponto de partida. Cada situação é única e pode exigir adaptações e suporte profissional especializado. O mais importante é oferecer amor, compreensão, apoio contínuo e sustentar a rotina durante esse período difícil.



## *Bibliografia*

Corr, C. A. & Corr, D. M. (2013). *Death & Dying, Life & Living* (7th ed.). Cengage Learning.

Goldman, L. (2013). *Life and Loss: A Guide to Help Grieving Children* (3rd ed.). Routledge.

Webb, N. B. (2010). *Helping Bereaved Children: A Handbook for Practitioners* (3rd ed.). Guilford Press.

Schonfeld, D. J. & Quackenbush, M. (2009). *The Grieving Student: A Teacher's Guide*. Paul H. Brookes Publishing Co.

# PROALU

PEQUENOS ENLUTADOS

