

Dossier **Temàtic:**

Eines per a la gestió emocional i del dol en joves durant el confinament per la pandèmia de la COVID-19

Abril 2020

Elaborat pel

**CENTRE DE
DOCUMENTACIÓ
JUVENIL**





Dossier temàtic:

**eines per a la gestió emocional i del dol en joves durant el confinament
per la pandèmia de la COVID-19**

Aquest dossier temàtic és una selecció de recursos disponibles a la xarxa sobre aquest tema.

Per ampliar informació sobre els nostres documents podeu consultar el catàleg del Centre de Documentació Juvenil a la següent adreça:

https://treballiaferssocials.gencat.cat/.content/JOVENTUT_centre_documentacio_juvenil/arxiu_documents/codi_cataleg_CDJ.html

o bé posar-vos en contacte amb nosaltres:

Centre de Documentació Juvenil

C. Calàbria, 147
08015 Barcelona
Tel. 93 483 84 17

https://treballiaferssocials.gencat.cat/ca/ambits_tematics/joventut/centre_de_documentacio_juvenil

cdj.tsf@gencat.cat



Sumari

Pàgina

1. Gestió emocional durant la pandèmia	3
1.1. Recursos generals	3
1.2. Gestió emocional en joves durant el confinament	6
2. Gestió del dol en joves	12
2.1. Recursos generals	12
2.2. Afrontament del dol durant la pandèmia	15



1. Gestió emocional durant la pandèmia

1.1. Recursos generals

ACHOTEGUI, JOSEBA. "[Salut mental no és tranquil·lització, és adaptació activa: biopolítica de la Covid-19](#)" [en línia].

Público. Públic: fer de la informació coneixement (26.04.2020). Barcelona: Display Connectors.

<<https://blogs.pUBLICO.es/torndeparaula/4479/salut-mental-no-es-tranquillitzacio-es-adaptacio-activa-biopolitica-de-la-covid-19>> [Consulta: 28 abril 2020]

ARANA, ISMAEL. "[El peaje psicológico de la cuarentena en Whuan](#)" [en línia].

La Vanguardia (29.03.2020, 31.03.2020). Barcelona: La Vanguardia Ediciones.

<<https://www.lavanguardia.com/internacional/20200329/48146670004/wuhan-impacto-psicologico-coronavirus-china-hubei.html>> [Consulta: 28 abril 2020]

BES, JORDI. "[Quin serà l'impacte emocional del confinament?: les emocions negatives i la incertesa d'aquest període poden tenir conseqüències de diferent abast](#)" [en línia].

Ara.cat (17.04.2020). Barcelona: Edicions de Premsa Periòdica Ara.

<https://www.ara.cat/estils/impacte-emocional-confinament-coronavirus-covid-19_0_2436956360.html>

[Consulta: 28 abril 2020]

CATALUNYA. DEPARTAMENT DE SALUT. [Com podem gestionar les nostres emocions i l'ansietat aquests dies](#) [en línia].

Barcelona: Generalitat de Catalunya, Departament de Salut, 2020. 1 pàgina.

<http://canalsalut.gencat.cat/web/.content/_A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/gestio-emocions-ansietat.pdf>

[Consulta: 28 abril 2020]

CATALUNYA. GENERALITAT. "[Gestió de les emocions](#)" [en línia].

A: *Generalitat de Catalunya. Canal Salut. Salut A-Z. Coronavirus SARS-CoV2. Informació per a la ciutadania*. Barcelona Generalitat de Catalunya, 2020.

<<http://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/ciutadania/gestio-de-les-emocions>>

[Consulta: 28 abril 2020]

CATALUNYA. GENERALITAT. "[Gestió emocional.cat: vigila la teva salut emocional amb GestióEmocional.Cat](#)" [en línia].

A: *Generalitat de Catalunya. Canal Salut. Salut A-Z. Coronavirus SARS-CoV2. Informació per a la ciutadania. Gestió de les emocions*. Barcelona Generalitat de Catalunya, 2020.

<<https://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/ciutadania/gestio-de-les-emocions/gestioemocional.cat>>

[Consulta: 28 abril 2020]



Publicació relacionada:

- CALUNYA. DEPARTAMENT DE SALUT. [Cuida la teva salut emocional a través de l'app GestioEmocional.cat](#) [en línia].
Barcelona: Generalitat de Catalunya, Departament de Salut, 2020. 1 pàgina.
<http://canalsalut.gencat.cat/web/.content/_A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/app-gestio-emocional.pdf> [Consulta: 28 abril 2020]
-

COLEGIO OFICIAL DE LA PSICOLOGÍA DE MADRID. [Orientaciones para la gestión psicológica de la cuarentena por el coronavirus](#) [en línia].

Madrid: el Colegio (COPM), 2020. 4 pàgines. (Col·lecció: *Guías temáticas: recomendaciones sectoriales*).
<https://www.copmadrid.org/web/files/comunicacion/Orientaciones_para_la_gestion_psicologica_de_la_cuarentena_por_el_Coronavirus.pdf> [Consulta: 28 abril 2020]

COL·LEGI DE BIÒLEGS DE CATALUNYA. "[Gestió de les emocions](#)" [en línia].

A: *Col·legi de Biòlegs de Catalunya. Des del Col·legi de Biòlegs de Catalunya posem a la vostra disposició alguns enllaços amb recomanacions i protocols davant la situació del COVID-19.* Barcelona: el Col·legi, 2020.
<<http://cbiolegs.cat/2020/04/02/recomanacions-i-protocols-covid-19>> [Consulta: 28 abril 2020]

COL·LEGI OFICIAL DE PSICOLOGIA DE CATALUNYA. "[El COPC posa a l'abast de la ciutadania un telèfon d'assessorament psicològic](#)" [en línia].

A: *Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya. Col·legi. Comunicació. Notícies (20.03.2020)* Barcelona: el Col·legi (COPC).
<<https://www.copc.cat/ct/noticias/1050/El-COPC-posa-a-l-abast-de-la-ciudadania-un-tel-fon-d-assessorament-psicol-gic>>
[Consulta: 28 abril 2020]

COL·LEGI OFICIAL DE PSICOLOGIA DE CATALUNYA. [Guia per a la gestió de les relacions i la convivència durant el confinament per l'epidèmia de COVID-19](#) [en línia].

Barcelona: el Col·legi (COPC), 2020. 8 pàgines.
<https://www.copc.cat/adjuntos/adjunto_15347/v/Guia%20per%20a%20la%20gesti%C3%B3%20de%20les%20relacions%20i%20la%20conviv%C3%A8ncia%20durant%20el%20confinament%20per%20l'E2%80%99epid%C3%A8mia%20del%20COVID-19.pdf> [Consulta: 28 abril 2020]

COL·LEGI OFICIAL DE PSICOLOGIA DE CATALUNYA. [Recomanacions de gestió psicològica durant quarantenes per malalties infeccioses](#) [en línia].

Barcelona: el Col·legi (COPC), 2020.
<https://www.copc.cat/adjuntos/adjunto_15213/v/Guia%20de%20gesti%C3%B3%20psicol%C3%B2gica%20davant%20quarantenes%20per%20malalties%20infeccioses.pdf?tm=1584127708> [Consulta: 28 abril 2020]



FEDERACIÓN ESTATAL DE LESBIANAS, GAIS, TRANS Y BISEXUALES. "[FELGTB ofrece la Línea Arcoiris para personas LGTBI en situaciones de vulnerabilidad agravadas por la crisis sanitaria](#)" [en línia].

A: *FELGTB: Federación Estatal de Lesbianas, Gais, Trans y Bisexuales. Familias* (19.03.2020). Madrid: FELGTB.

<<http://www.felgtb.org/temas/salud-y-vih-sida/noticias/i/16076/68/felgtb-ofrece-la-linea-arcoiris-para-personas-lgtbi-en-situaciones-de-vulnerabilidad-agravadas-por-la-crisis-sanitaria>> [Consulta: 28 abril 2020]

FUNDACIÓ SALUT MENTAL CATALUNYA. "[Parlem-ne, escoltem-nos, cuidem-nos: gestió emocional en moments difícils](#)" [en línia].

A: *SMC: Salut Mental Catalunya. Actualitat. Notícies* (12.03.2020). Barcelona: Fundació Salut Mental Catalunya (SMC).

<<http://www.salutmental.org/2020/03/12/parlem-ne-escoltem-nos-cuidem-nos-gestio-emocional-en-moments-dificils>> [Consulta: 28 abril 2020]

GIRONA. DIPSALUT. "[Treballar les competències emocionals a casa](#)" [en línia].

A: *Sigues tu: eines i actius per a la salut. Notícies* (20.03.2020). Girona: Diputació de Girona. Dipsalut Organisme de Salut Pública de la Diputació de Girona.

<<https://www.siguestu.cat/ca/noticies/49-treballar-les-competencies-emocionals-a-casa.html>> [Consulta: 28 abril 2020]

MATEU, NÚRIA. "[Com tenir cura del nostre benestar emocional en temps de coronavirus](#)" [en línia].

A *Filalagulla. Actualitat. Blog* (13.03.2020). Barcelona: Fil a l'Agulla.

<<https://filalagulla.org/2020/03/com-tenir-cura-del-nostre-benestar-emocional-en-temps-de-coronavirus>>

[Consulta: 28 abril 2020]



1.2. Gestió emocional en joves durant el confinament

ADOLESCENTS.CAT. "[7 trucs psicològics per afrontar el confinament](#)" [en línia].

A: *Nació Digital. Adolescents.cat. Notícia* (19.03.2020). Barcelona: Aquitània SCG.
<<https://adolescents.naciodigital.cat/noticia/44201/trucs/psicologics/afrontar/confinament>> [Consulta: 28 abril 2020]

ADOLESCENTS.CAT. "[Confinats adolescents](#)" [en línia].

A: *Nació Digital. Adolescents.cat.* Barcelona: Aquitània SCG, 2020.
<<https://adolescents.naciodigital.cat/confinats>> [Consulta: 28 abril 2020]

ADOLESCENTS.CAT. "[Test: com portes el confinament](#)" [en línia].

A: *Nació Digital. Adolescents.cat. Notícia* (12.04.2020). Barcelona: Aquitània SCG.
<<https://adolescents.naciodigital.cat/noticia/44460/test/portes/confinament>> [Consulta: 28 abril 2020]

AGÈNCIA CATALANA DE LA JOVENTUT. [Com trobar-hi sentit: consells pràctics per a joves durant el confinament](#) [en línia].

Barcelona: Generalitat de Catalunya. Departament de Treball, Afers Socials i Famílies, 2020. 18 pàgines.
<http://jovecat.gencat.cat/web/.content/_documents/arxiu/salut/Guia_Joves_Confinats.pdf> [Consulta: 28 abril 2020]

AGÈNCIA CATALANA DE LA JOVENTUT. [Com trobar-hi sentit: consells pràctics per a professionals que treballen amb joves durant el confinament](#) [en línia].

Barcelona: Generalitat de Catalunya. Departament de Treball, Afers Socials i Famílies, 2020. 14 pàgines.
<http://ejoventut.gencat.cat/web/.content/e-joventut/recursos/tipus_de_rekurs/documentacio/arxiu/Guies-confinament/Guia_Professionals_Confinats.pdf> [Consulta: 28 abril 2020]

BARCELONA. AJUNTAMENT. "[Com identificar i gestionar les emocions en temps de confinament](#)" [en línia].

A: *Ajuntament de Barcelona. Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI. Joves. Notícies* (2020). Barcelona: l'Ajuntament.
<https://ajuntament.barcelona.cat/joves/ca/noticia/com-identificar-i-gestionar-les-emocions-en-temps-de-confinament_933261> [Consulta: 28 abril 2020]

BARCELONA. AJUNTAMENT. "[Més suport emocional per a joves i adolescents i les seves famílies durant el confinament](#)" [en línia].

A: *Ajuntament de Barcelona. Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI. Joves. Notícies* (2020). Barcelona: l'Ajuntament.
<https://ajuntament.barcelona.cat/joves/ca/noticia/mes-suport-emocional-per-a-joves-i-adolescents-i-les-seves-families-durant-el-confinament_939858> [Consulta: 28 abril 2020]



CATALUNYA. DEPARTAMENT DE SALUT. [7 consells per a un confinament saludable per als adolescents](#) [en línia].

Barcelona: Generalitat de Catalunya, Departament de Salut, 2020. 2 pàgines.

<http://canalsalut.gencat.cat/web/.content/_A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/confinament-adolescents.pdf>

[Consulta: 28 abril 2020]

CATALUNYA. GENERALITAT. "[Consells per a famílies amb adolescents](#)" [en línia].

A: *Generalitat de Catalunya. Canal Salut. Salut A-Z. Coronavirus SARS-CoV2. Informació per a la ciutadania. Gestió de les emocions.* Barcelona Generalitat de Catalunya, 2020.

<[http://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/ciutadania/gestio-de-les-emocions/consells-per-](http://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/ciutadania/gestio-de-les-emocions/consells-per-als-adolescents)

[als-adolescents](http://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/ciutadania/gestio-de-les-emocions/consells-per-als-adolescents)> [Consulta: 28 abril 2020]

CATALUNYA. SÍNDIC DE GREUGES. "[El Síndic demana que es garanteixi el dret a la mobilitat d'infants i adolescents, ateses les afectacions que comporta el confinament en la seva salut física i emocional](#)" [en línia].

A: *Síndic: el defensor de les persones. Notícies* (16.04.2020). Barcelona: Síndic de Greuges.

<<http://www.sindic.cat/ca/page.asp?id=53&ui=7031>> [Consulta: 28 abril 2020]

CENTELLAS, LAURA. "[Confinats: et costa afrontar el confinament?: tens por?: necessites consell per fer front a aquests dies?](#)" [en línia].

A: *Nació Digital. Adolescents.cat. El consultori.* Barcelona: SCG Aquitània, 2020.

<<https://adolescents.naciodigital.cat/consultori/categoria/5>> [Consulta: 28 abril 2020]

CENTER FOR THE STUDY OF TRAUMATIC STRESS. [Finding the Right Words to Talk with Children and Teens about Coronavirus](#) [en línia].

Bethesda (MD, Estats Units d'Amèrica): Uniformed Services University, 2020. 2 pàgines.

<https://www.cstsonline.org/assets/media/documents/CSTS_FS_Finding_Right_Words_Talk_Children_Teens_Coronavirus.pdf> [Consulta: 28 abril 2020]

CENTRE ESPECIAL CARRILET. "[COVID-19: orientacions a les famílies](#)" [en línia].

A: *Carrilet: serveis per persones amb autisme. Notícies. Notícies del Centre de Recursos i Tractament. COVID-19: preguntes freqüents* (19.03.2020). Barcelona: Centre Especial Carrilet.

<<http://ca.carrilet.org/2020/03/covid-19-orientacions-a-les-families>> [Consulta: 28 abril 2020]



COLEGIO OFICIAL DE LA PSICOLOGÍA DE MADRID. [Pautas a las familias de niños y adolescentes](#) [en línia].

Madrid: el Colegio (COPM), 2020. 5 pàgines. (Col·lecció: *Guías temáticas: recomendaciones sectoriales*).

<https://www.copmadrid.org/web/files/comunicacion/Pautas_Familias.pdf> [Consulta: 28 abril 2020]

COL·LEGI DE TERAPEUTES OCUPACIONALS DE CATALUNYA. [Des del grup d'infància i adolescència del COTOC, us proposem revisar en família les propostes de joc i rutines de la vostra llar en període de confinament](#) [en línia].

Barcelona: el Col·legi (COTOC), 2020. 8 pàgines.

<<https://www.cotoc.cat/transparencia/documentacio/summary/41-documents-coronavirus/257-infografia-infancia>>

[Consulta: 28 abril 2020]

COL·LEGI OFICIAL DE PSICOLOGIA DE CATALUNYA. "[Comunicat de la Junta de Govern i del Comitè d'Infància i Adolescència del COPC amb relació al sosteniment de la situació de confinament per l'epidèmia de COVID-19 i les seves repercussions psicològiques sobre la infància i l'adolescència](#)" [en línia].

A: *Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya. Col·legi. Comunicació. Notícies* (20.04.2020) Barcelona: el Col·legi (COPC).

<<https://www.copc.cat/ct/noticias/1081/Comunicat-de-la-Junta-de-Govern-i-del-Comit-d-Inf-ncia-i-Adolesc-ncia-del-COPC-amb-relacio-al-sosteniment-de-la-situacio-de-confinament-per-l-epid-mia-de-COVID-19-i-les-seves-repercussions-psicol-giques-sobre-la-inf-ncia-i-l-adolesc-ncia>> [Consulta: 28 abril 2020]

CONSELL NACIONAL DE LA JOVENTUT DE CATALUNYA. "[10 consells sobre salut mental per aquests dies de confinament](#)" [en línia].

A: *Consell Nacional de la Joventut de Catalunya. Actualitat* (24.03.2020).

Barcelona: el Consell (CNJC).

<<https://www.cnjc.cat/ca/actualitat/10-consells-sobre-salut-mental-durant-confinament>> [Consulta: 28 abril 2020]

CONSELL NACIONAL DELS INFANTS I ELS ADOLESCENTS DE CATALUNYA. [Manifest dels infants i els adolescents de Catalunya sobre la situació excepcional](#) [en línia].

Barcelona: Generalitat de Catalunya, Direcció General d'Atenció a la Infància i l'Adolescència, 2020. 2 pàgines.

<https://pdia.blog.gencat.cat/wp-content/uploads/2020/04/2020_manifest_covid_cat.pdf> [Consulta: 28 abril 2020]

CORTÉS TEIXIDÓ, LAURA. "[Joves i confinament. Famílies i confinament](#)" [enregistrament de vídeo, en línia].

A: *Sense embuts*. [Lleida: Associació Catalana de Creixement Personal per a Joves i Adolescents Sense Embuts], 2020. 3 arxius de vídeo (aprox. 38 min).

<<https://www.youtube.com/channel/UCsIoEbTWbigHFU0x-SbN55Q>> [Consulta: 28 abril 2020]



Iniciu:

- "[Joves i confinament I: eines de gestió emocional per a joves i adolescents per sobreviure al confinament](https://www.youtube.com/watch?v=556JF82EsGI)". (12 min).
<<https://www.youtube.com/watch?v=556JF82EsGI>> [Consulta: 28 abril 2020]
- "[Famílies i confinament I: eines per acompanyar emocionalment al meu fill/a adolescent en confinament](https://www.youtube.com/watch?v=flw_81fPPII)". (17 min).
<https://www.youtube.com/watch?v=flw_81fPPII> [Consulta: 28 abril 2020]
- "[Joves i confinament II: eines per poder ser feliç durant el confinament](https://www.youtube.com/watch?v=mAlgjY4O_e0)". (9 min).
<https://www.youtube.com/watch?v=mAlgjY4O_e0> [Consulta: 28 abril 2020]

Publicació relacionada:

- OLÈRDOLA. AJUNTAMENT. "[L'Ajuntament difon eines de gestió emocional durant el confinament](http://www.olerdola.cat/news/l2019ajuntament-facilita-eines-de-gestio-emocional-durant-el-confinament)" [en línia].
A: Ajuntament d'Olèrdola. *Notícies* (02.04.2020). Olèrdola: l'Ajuntament.
<<http://www.olerdola.cat/news/l2019ajuntament-facilita-eines-de-gestio-emocional-durant-el-confinament>>
[Consulta: 28 abril 2020]

COSTA, MARIONA. "[El confinament pot tenir efectes psicològics en nens, adolescents o nadons?](https://www.ccma.cat/catradio/lofici-deducar/quins-efectes-psicologics-pot-tenir-el-confinament-en-nens-adolescents-i-nadons/noticia/3000819)" [en línia].

A: *Corporació Catalana de Mitjans Audiovisuals. Catalunya Ràdio. L'ofici d'educar (el suplement)* (30.03.2020). Barcelona: Corporació Catalana de Mitjans Audiovisuals (CCMA).

<<https://www.ccma.cat/catradio/lofici-deducar/quins-efectes-psicologics-pot-tenir-el-confinament-en-nens-adolescents-i-nadons/noticia/3000819>> [Consulta: 28 abril 2020]

DALTON, LOUISE; RAPA, ELIZABETH; STEIN, ALAN. "[Protecting the psychological health of children through effective communication about COVID-19](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30097-3)" [en línia].

The Lancet: Child & Adolescent Health (01.05.2020) (en línia: 31.03.2020), vol. 4, núm. 5, pàgines 346-347. Oxford (Gran Bretanya): Elsevier.

<[https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30097-3](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30097-3)> [Consulta: 28 abril 2020]

DANESE, ANDREA; SMITH, PATRICK; CHITSABESAN, PRATHIBA; DUBICKA, BERNADKA. "[Child and adolescent mental health amidst emergencies and disasters](http://dx.doi.org/10.1192/bjp.2019.244)" [en línia].

The British Journal of Psychiatry (març 2020), vol. 216, núm. 3, pàgines 159-162. Cambridge (Gran Bretanya): Cambridge University.

<<http://dx.doi.org/10.1192/bjp.2019.244>> [Consulta: 28 abril 2020]

ESPANYA. MINISTERIO DE SANIDAD. "[Recomendaciones de apoyo emocional a niños y niñas durante la epidemia de COVID-19](https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/COVID19_recomendaciones_infancia.pdf)" [en línia].

Madrid: el Ministerio, 2020. 1 pàgina.

<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/COVID19_recomendaciones_infancia.pdf> [Consulta: 28 abril 2020]



FAROS-HOSPITAL SANT JOAN DE DÉU. "[Adolescents, addiccions i confinament per la COVID-19: informació per a pacients i famílies](#)" [en línia].

A: *Faros HSJBCN. Salut* (14.04.2020). Esplugues de Llobregat: Hospital Sant Joan de Déu.

<<https://faros.hsjdbcn.org/ca/articulo/adolescents-addiccions-confinament-covid-19-informacio-pacients-families>>

[Consulta: 28 abril 2020]

FAROS-HOSPITAL SANT JOAN DE DÉU. "[Coronavirus i adolescents: consells per gestionar el confinament](#)" [en línia].

A: *Faros HSJBCN. Salut* (30.03.2020). Esplugues de Llobregat: Hospital Sant Joan de Déu.

<<https://faros.hsjdbcn.org/ca/articulo/coronavirus-adolescents-consells-gestionar-confinament>> [Consulta: 28 abril 2020]

FEDERACIÓN ESTATAL DE LESBIANAS, GAIS, TRANS Y BISEXUALES. "[FELGTB alerta de la situación de vulnerabilidad de la juventud LGTBI confinada con familias LGTBifóbicas](#)" [en línia].

A: *FELGTB Federación Estatal de Lesbianas, Gais, Trans y Bisexuales. Familias* (02.04.2020). Madrid: FELGTB.

<[https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-](https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19_que_digo_a_poblacion_infantil.jpg)

[China/img/COVID19_que_digo_a_poblacion_infantil.jpg](http://www.felgtb.org/temas/jovenes/noticias/i/16100/290/felgtb-alerta-de-la-situacion-de-vulnerabilidad-de-la-juventud-lgtbi-confinada-con-familias-lgtbifobicas)<<http://www.felgtb.org/temas/jovenes/noticias/i/16100/290/felgtb-alerta-de-la-situacion-de-vulnerabilidad-de-la-juventud-lgtbi-confinada-con-familias-lgtbifobicas>> [Consulta: 28 abril 2020]

FONDS FHF RECHERCHE & INNOVATION—FONDS DE DOTATION. "[Conséquences du confinement et de la pandémie de COVID-19 sur la santé mentale: participer à l'étude destinée aux étudiants universitaires](#)" [en línia].

Paris (França): FHF, 2020.

<<https://www.psychotrauma.fr>> [Consulta: 28 abril 2020]

FUNDACIÓ IRES. "[Adolescents en confinament: idees, reptes i propostes per portar millor aquests dies de tancament a casa](#)" [en línia].

Barcelona: Fundació IRES, 2020. 13 pàgines.

<https://www.fundacioires.org/wp-content/uploads/Guia-confinament-adolescents_extern.pdf> [Consulta: 28 abril 2020]

GRIVÉ, JOAN (direcció). "[Confinats: sèrie](#)" [enregistrament de vídeo, en línia].

A: *Adolescents.iCat*. Barcelona: Aquitània SCG: Catalunya Ràdio, 2020. 17 arxius de vídeo (aprox. 95 min).

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLp63nM_nVdiPdbdhGYpc1VfzcnmEFREhD> [Consulta: 28 abril 2020]



PORTER, KESHIA POLLACK; LAFAVE, SARA (entrevista). "[Keeping kids active and safe during the COVID-19 pandemic](#)" [en línia].

A: *Johns Hopkins University. Hub* (20.04.2020). Baltimore (MD, Estats Units d'Amèrica).

<<https://hub.jhu.edu/2020/04/20/keshia-pollack-porter-keeping-kids-active-during-covid-19>> [Consulta: 28 abril 2020]

PUCHE, CELIA G. "[70 ideas fáciles para jugar con niños dentro de casa](#)" [en línia].

A: *Estación Bambalina. Blog* (12.03.2020). Madrid: Estaciónbambalina.

<<https://estacionbambalina.com/70-ideas-faciles-para-jugar-con-ninos-dentro-de-casa>> [Consulta: 28 abril 2020]

RICH, MANDY; DAMOUR, LISA. "[6 maneras en que padres y madres pueden ayudar a sus hijos durante el coronavirus](#)" [en línia].

A: *Unicef: para cada niño. Enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19)* (25.03.2020). Nueva York (NY, Estats Units d'Amèrica): UNICEF. Títol original: *6 ways parents can support their kids through the coronavirus disease (COVID-19) outbreak*.

<<https://www.unicef.org/es/coronavirus/seis-maneras-en-que-padres-y-madres-pueden-ayudar-sus-hijos-durante-coronavirus>> [Consulta: 28 abril 2020]

SEGUÍ, CLARA. "[Què haurem après d'aquest temps?](#)" [en línia].

A: *Estris.cat. Actualitat. 'Especial Confinament' per aquests dies excepcionals*. (31.03.2020). Barcelona: Fundació Pere Tarrés.

<https://www.estriscat.com/actualitat/opinio/especial-confinament/haurem-apes-temps_3181_102.html>

[Consulta: 28 abril 2020]

URGELL VIDAL, ARNAU. "[Guia: tot el que cal saber del desconfinament dels infants: preguntes amb resposta de la mesura que s'aplicarà a partir del diumenge 26 d'abril](#)" [en línia].

A: *NacióDigital. Notícia* (23.04.2020) (Tot anirà bé: #joactuo). Barcelona: Aquitània SCG.

<<https://www.naciodigital.cat/noticia/200939/guia/tot/cal/saber/desconfinament/dels/infants>> [Consulta: 28 abril 2020]



2. Gestió del dol en joves

2.1. Recursos generals

ARTARAZ OCERINJAÚREGUI, BATIRTZE [i 5 més]. [*Guía sobre el duelo en la infancia y la adolescencia: formación para madres, padres y profesorado*](#) [en línia].

Bilbao (País Basc). Colegio de Médicos de Bizkaia, 2017. 49 pàgines.

<<https://www.seypna.com/documentos/Gu%C3%ADa-sobre-el-duelo-en-la-infancia-y-en-la-adolescencia-1.pdf>>

[Consulta: 28 abril 2020]

BIBLIOTECA PÚBLICA DE LLEIDA. [*El dol des de la biblioteca: eines i recursos per a parlar de la mort als infants i als adolescents*](#) [en línia].

Lleida: Biblioteca Pública de Lleida, 2013. 3 pàgines.

<https://bibliotecalleida.gencat.cat/web/.content/bp_lleida/documents/colleccio_digital/guies_de_lectura/el_dol_des_de_la_biblioteca_eines_i_recursos.pdf> [Consulta: 28 abril 2020]

CATALUNYA. DEPARTAMENT D'EDUCACIÓ. "[El dol](#)" [en línia].

A: *Generalitat de Catalunya. Departament d'Educació. Àmbits d'actuació. Famílies. Ajudem els fills i filles.* Barcelona: Generalitat de Catalunya, 2017.

<<http://ensenyament.gencat.cat/ca/arees-actuacio/families/ajudem-fills/dol>> [Consulta: 28 abril 2020]

Inclou:

- "[Recursos i eines](#)".

<<http://ensenyament.gencat.cat/ca/arees-actuacio/families/ajudem-fills/dol/recursos-eines>> [Consulta: 28 abril 2020]

"[Com acompanyar el dol: tema del nou especial](#)" [en línia].

A: *Estris.cat. Actualitat* (15.03.2018). Barcelona: Fundació Pere Tarrés.

<https://www.estriscat.com/actualitat/com-acompanyar-el-dol-tema-del-nou-especial_2694_102.html>

[Consulta: 28 abril 2020]

Conté:

- **TORRALBA, FRANCESC; ROGLÀ, MARTA.** "[Les pèrdues ens ensenyen molt, ens fan més humils i més compassius: entrevista a Francesc Torralba](#)".

<https://www.estriscat.com/actualitat/opinio/especial-el-dol/les-perdues-ens-ensenyen-molt-ens-fan-mes-humils-i-mes-compassius_2693_102.html> [Consulta: 28 abril 2020]

- **MUÑOZ, PERE.** "[Acompanyar el dol des del lleure](#)".

<https://www.estriscat.com/actualitat/opinio/especial-el-dol/acompanyar-el-dol-des-del-lleure_2692_102.html> [Consulta: 28 abril 2020]

- **DOLADO, RAQUEL.** "[El procés del dol](#)".

<https://www.estriscat.com/actualitat/opinio/especial-el-dol/el-proces-del-dol_2691_102.html> [Consulta: 28 abril 2020]

- **VIDAL MARTÍ, CRISTINA.** "[Tipus de pèrdua](#)".

<https://www.estriscat.com/actualitat/opinio/especial-el-dol/tipus-de-perdua_2690_102.html> [Consulta: 28 abril 2020]



Publicació original:

- "[El dol: acompanyar els processos de canvi des del lleure](#)" [en línia].
Estris: revista d'educació en el lleure (nov. 2015), núm. 204 (Centre d'interès), pàgines 8-17. Barcelona: Fundació Pere Tarrés: Moviment de Centres d'Esplai Cristians de Catalunya (MCECC).
<<https://www.iquiosc.cat/estris/numero/204>> [Consulta: 28 abril 2020]
-

CORTINA, MAR (direcció). [Guia i orientacions per a l'atenció al dol des dels centres educatius](#) [en línia].

València: Generalitat Valenciana, 2017. 55 pàgines. (Col·lecció: *REICO: recursos web per a la igualtat i la convivència*).
<<https://www.cop-cv.org/db/docu/1801311553180vLtB1wC73Qz.pdf>> [Consulta: 28 abril 2020]

DÍAZ SEOANE, PATRICIA. [Hablemos de duelo: manual práctico para abordar la muerte con niños y adolescentes: incluye un apartado dedicado a la discapacidad intelectual](#) [en línia].

Alcobendas (Madrid): Fundación Mario Losantos del Campo, 2016 (FMLC). 200 pàgines.
<<http://www.fundacionmlc.org/uploads/media/default/0001/01/guia-duelo-infantil-fmlc.pdf>> [Consulta: 28 abril 2020]

DIXIT CENTRE DE DOCUMENTACIÓ DE SERVEIS SOCIALS. "[Recursos per gestionar la mort i el dol](#)" [en línia].

A: *Generalitat de Catalunya. DIXIT Centre de Documentació de Serveis Socials*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, 2011.
<https://dixit.gencat.cat/ca/detalls/Article/2011_Recursos_per_gestionar_la_mort_i_el_dol> [Consulta: 28 abril 2020]

[Guia sobre la mort i el dol: eines per abordar la mort al cau](#) [en línia].

Valldoreix: Minyons Escoltes i Guies de Catalunya, 2016. 20 pàgines.
<http://farcell.escoltesiguies.cat/wp-content/uploads/sites/4/2017/11/guia_dol_agrupaments_def-2-1.pdf>
[Consulta: 28 abril 2020]

PAYÀS, ALBA. "[Conferència: 'L'atenció al dol': Vic, 5 de novembre de 2015](#)" [enregistrament de vídeo, en línia].

A: *Generalitat de Catalunya. DIXIT Centre de Documentació de Serveis Socials. Conferència d'Alba Payàs*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, 2015. 1 arxiu de vídeo (1 h 1 min).
<https://dixit.gencat.cat/ca/detalls/Article/05112015_conferencia_atencio_dol> [Consulta: 28 abril 2020]



POCH, CONCEPCIÓ. "[Conferència: 'Les pèrdues i el dol': Barcelona, 26 d'octubre de 2011](#)" [enregistrament de vídeo, en línia].

A: *Generalitat de Catalunya. DIXIT Centre de Documentació de Serveis Socials. Conferència de Concepció Poch.* Barcelona: Generalitat de Catalunya, 2011. 1 arxiu de vídeo (58 min).

<https://dixit.gencat.cat/ca/detalls/Article/20111026_conf_concepcio_poch> [Consulta: 28 abril 2020]

POCH, CONCEPCIÓ. "[Conferència: 'Pèrdues, guanys i dols: des del realisme i l'acceptació': Barcelona, 13 de novembre de 2013](#)" [enregistrament de vídeo, en línia].

A: *Generalitat de Catalunya. DIXIT Centre de Documentació de Serveis Socials. Conferència de Concepció Poch.* Barcelona: Generalitat de Catalunya, 2013. 1 arxiu de vídeo (1 h 13 min).

<https://dixit.gencat.cat/ca/detalls/Article/13112013_conf_perdues_guanys_dols> [Consulta: 28 abril 2020]

SERVEI DE SUPORT AL DOL DE PONENT. [Guia de suport al dol = Guía de apoyo al duelo](#) [en línia].

Tàrraga; Lleida: Servei de Suport al Dol de Ponent, 2015. 41, 41 pàgines.

<[http://files.acompanyament-en-el-dol.webnode.es/200000014-](http://files.acompanyament-en-el-dol.webnode.es/200000014-c532bc62b7/Def%20guia%20servei%20de%20dol%20CAT_CAST.pdf)

[c532bc62b7/Def%20guia%20servei%20de%20dol%20CAT_CAST.pdf](http://files.acompanyament-en-el-dol.webnode.es/200000014-c532bc62b7/Def%20guia%20servei%20de%20dol%20CAT_CAST.pdf)> [Consulta: 28 abril 2020]

SERVEI EDUCATIU DEL BAGES. "[La mort i el dol](#)" [en línia].

A: *Servei Educatiu del Bages: Edu/Bages. Maletes pedagògiques.* Manresa: Generalitat de Catalunya, Departament d'Educació, Xarxa de Telemàtica Educativa de Catalunya (XTEC), 2017.

<<https://serveiseducatiu.xtec.cat/bages/maletes-pedagogiques/la-mort-i-el-dol>> [Consulta: 28 abril 2020]

UNIVERSITAT RAMON LLULL. "[La mort i el dol en el context educatiu: un recorregut de 20 anys](#)" [en línia].

A: *Biblioteques Blanquerna. Guies de lectura.* Barcelona: Universitat Ramon Llull (URL), Facultat de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport Blanquerna, 2015.

<<https://biblioteca.blanquerna.edu/ca/fpcee/guies-de-lectura/150>> [Consulta: 28 abril 2020]



2.2. Afrontament del dol durant la pandèmia

ALARCÓN, EVA [i 8 més]. [Guía para las personas que sufren una pérdida en tiempos del coronavirus \(COVID-19\) \(pautas elaboradas por profesionales especialistas en duelo y pérdidas\)](#) [en línia].

Barcelona: Instituto de Psicoterapia Integrativa Relacional (IPIR), 2020. 37 pàgines.

<<http://www.ipirduelo.com/wp-content/uploads/GUI%CC%81A-DUELO-COVID19-2020.pdf>> [Consulta: 28 abril 2020]

BARBANCHO MORANT, MA. DE LA MERCED; JIMÉNEZ CARDOSO, ASUNCIÓN; SILVA GRADOS, ÁNGELA; VIALÁS FERNÁNDEZ, LUCÍA. [COVID-19: guía para familiares en duelo](#) [en línia].

Sevilla (Andalusia): Colegio Oficial de Psicología de Andalucía Occidental, 2020. 24 pàgines.

<http://www.infocoonline.es/pdf/GUIA_PARA_FAMILIARES_EN%20DUELO_GT%20Duelo.pdf> [Consulta: 28 abril 2020]

BOU, DAVID; PAYÀS, ALBA. "[Alba Payàs, psicoterapeuta experta en processos de dol: 'D'aquí a sis mesos apareixeran els diagnòstics de dol complicat pels morts de la COVID-19'](#)" [en línia].

A: *La Directa. Salut* (09.04.2020). Barcelona: La Directa.

<<https://directa.cat/daqui-a-sis-mesos-apareixeran-els-diagnostic-de-dol-complicat-pels-morts-de-la-covid-19>>

[Consulta: 28 abril 2020]

CATALUNYA. DEPARTAMENT DE SALUT. [Afrontament del dol en la infància i l'adolescència en el context de la pandèmia de la COVID-19](#) [en línia].

Barcelona: Generalitat de Catalunya, Departament de Salut, 2020. 1 pàgina.

<https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/_A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/gestio-dol-infants-adolescents.pdf> [Consulta: 28 abril 2020]

CATALUNYA. DEPARTAMENT DE SALUT. [Com podem gestionar el dol durant la situació que vivim?](#) [en línia].

Barcelona: Generalitat de Catalunya, Departament de Salut, 2020. 1 pàgina.

<http://canalsalut.gencat.cat/web/.content/_A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/gestio-emocions-dol.pdf>

[Consulta: 28 abril 2020]

COLEGIO OFICIAL DE LA PSICOLOGÍA DE MADRID. [Guía de apoyo psicológico a personas que han perdido a un familiar a consecuencia del coronavirus](#) [en línia].

Madrid: el Colegio (COPM), 2020. 3 pàgines. (Col·lecció: *Guías temáticas: recomendaciones sectoriales*).

<https://www.copmadrid.org/web/files/comunicacion/Recomendaciones_Duelo_1.pdf> [Consulta: 28 abril 2020]



COL·LEGI OFICIAL DE PSICOLOGIA DE CATALUNYA. [Recomanacions per afrontar la mort d'una persona estimada durant el confinament per l'epidèmia de COVID-19](#) [en línia].

Barcelona: el Col·legi (COPC), 2020. 11 pàgines.

<https://www.copc.cat/adjuntos/adjunto_15309/v/Recomanacions%20per%20afrontar%20la%20mort%20d%E2%80%99una%20persona%20estimada%20durant%20el%20confinament%20per%20l%E2%80%99epid%C3%A8mia%20de%20COVID-19.pdf?tm=1585304549> [Consulta: 28 abril 2020]

FAROS-HOSPITAL SANT JOAN DE DÉU. ["Afrontament del dol en la infància i l'adolescència en el context de pandèmia per SARS-CoV-2: pautes per a les famílies"](#) [en línia].

A: *Faros HSJBCN. Desenvolupament i aprenentatge* (25.03.2020). Esplugues de Llobregat: Hospital Sant Joan de Déu.

<<https://faros.hsjdbcn.org/ca/articulo/afrontament-dol-infancia-ladolescencia-context-pandemia-sars-cov-2-pautes-families>> [Consulta: 28 abril 2020]

PINYOL, ENRIC. ["Dol en ple confinament: evitar l'aïllament i no perdre el contacte amb amics i familiars: un vídeo del Servei de Suport del Dol de Ponent fa diverses recomanacions per als familiars dels difunts"](#) [en línia].

A: *Corporació Catalana de Mitjans Audiovisuals. TV3. Notícies* (23.03.2020, 25.03.2020). Barcelona: Corporació Catalana de Mitjans Audiovisuals (CMMA).

<<https://www.ccma.cat/324/dol-en-ple-confinament-evitar-laillament-i-no-perdre-el-contacte-amb-amics-i-familiars/noticia/2999061>> [Consulta: 28 abril 2020]

Publicació relacionada:

- **ROBLES, MONTSE.** [Recomanacions dol i confinament pel coronavirus](#) [enregistrament de vídeo, en línia].

Lleida; Tàrrrega: Servei de Suport al Dol de Ponent, 2020. 1 arxiu de vídeo (4 min).

<<https://www.youtube.com/watch?v=6LfNoEZdpKA>> [Consulta: 28 abril 2020]

SOCIEDAD ESPAÑOLA DE CUIDADOS PALIATIVOS. [Recomendaciones para familiares para la despedida y el duelo ante la presencia del COVID-19](#) [en línia].

Madrid: Sociedad Española de Cuidados Paliativos (SECPAL), 2020. 2 pàgines.

<<http://www.secpal.com/Documentos/Blog/covid19%20duelo%20y%20despedia%20familiares%20documento%20final%20V2.pdf>> [Consulta: 28 abril 2020]

CENTRE DE DOCUMENTACIÓ JUVENIL



Generalitat de Catalunya
**Departament de Treball, Afers Socials
i Famílies**