

Duelo de Niños

Los adultos creemos que, ante la muerte de un ser querido, los niños no sienten o no entienden, es decir, no hacen duelo. Actuamos erróneamente evitando que los niños asistan, vean o escuchen los sucesos que están ocurriendo en esos momentos. Con esta actitud tratamos de ocultar nuestro sufrimiento con el argumento de acelerar el proceso de olvido y de volver a la realidad lo más pronto posible.

Como Percibe el Niño la Muerte

Los niños tienen su propio concepto de la muerte, cada uno la ve conforme a su edad, a su formación intelectual, escolar y familiar. Desde temprana edad hasta aproximadamente los 3 años, el niño no tiene definido lo que es la muerte; sin embargo, lo manifiesta a través de reacciones como llanto constante, irritabilidad, pérdida del apetito, poco sueño y una constante búsqueda de la persona que ya no está. Desde la edad pre-escolar hasta cumplidos los 9 años, el niño se torna triste, pensativo, agresivo, trata de llamar la atención y cree que el ser querido regresará en cualquier momento. Pasados los 9 años el niño piensa, al igual que los adultos, que el morir es algo natural, físico, universal e irreversible; sin embargo, no tiene plena conciencia de la realidad.

Cómo Reacciona el Niño Ante la Muerte

El niño en su duelo inicialmente se ve envuelto en una constante negación y confrontación; transcurrido el tiempo, va restableciéndose, de manera que logra adaptarse nuevamente a su entorno natural.

Cómo Apoyar al Niño en esta Situación

Son diversas las alternativas que podemos brindarle a un niño durante el proceso de duelo.

1. Aceptación

- Explicarle abierta y claramente el proceso de la enfermedad o la muerte del ser querido.
- No decirles frases como "se fue de viaje", "se durmió", "se fue para el cielo", o "tienes un angelito".
- Cuando se refiera al ser querido hágalo en tiempo pasado, evite hablarle en tiempo presente.
- Permitirle, si es la voluntad del niño, participar de las ceremonias religiosas.

2. Experimentar el dolor

- Estimular al niño a expresar sus sentimientos sobre la pérdida y los recuerdos que tiene del ser querido perdido.
- El adulto no debe privarse de manifestar su dolor en presencia del niño.

-Evitar cambios drásticos en el entorno familiar, las tareas cotidianas y las costumbres ya establecidas.

3. Reorganización del ambiente

-No hacer cambios inmediatos.

-Estimular al niño a que participe de los cambios.

4. Reinversión de la energía

-"Sentirse bien" en ausencia del ser querido.

-Estimular al niño a buscar nuevos amigos y proyectos.

Señales que indican que el niño necesita ayuda

Ausencia de respuestas afectivas, lo cual se manifiesta a través del aislamiento e indiferencia.

Búsqueda de reemplazo inmediato al ser querido fallecido.

Disminución de la autoestima.

Sentimientos de culpa y auto reproches ante la muerte del ser querido.

Tristeza permanente.

Pérdida del cuidado personal.

Realización de actos riesgosos.

Referencias bibliográficas:

BROWNLEE, C. (1997) Surviving Sorrow. Clare N. Browlee. G.A. USA

WORDEN, W. (1996) Children and Grief: when a parents dies. Guilford Press. New York, USA. 225 p.

Puede adquirir los brochures de duelo en nuestra fundación.