

Tema: Ayudar a Niños con Pérdida, Muerte y Duelo

Todos nuestros niños son únicos en como entienden la muerte. Este entendimiento depende de su desarrollo, habilidades cognitivas y características de personalidad, religioso, y enseñanzas de padres e iglesias. Incluso lo que ellos ven en las películas/televisión y también experiencias anteriores con muerte. Hay, sin embargo, algunas consideraciones que son de ayuda para entender como los niños pueden lidiar con la muerte, pérdida y duelo:

- Los niños necesitan amor y apoyo de sus maestros y padres para lidiar con pérdida o duelo.
- Hablar con los niños acerca de la muerte va a depender de su nivel de desarrollo y sensibilidad a su capacidad para entender la situación.
- Los niños perciben la reacción de adultos importantes para ellos al interpretar y reaccionar a información sobre la muerte.
- Para niños que están en edades de primaria, la reacción de los adultos va a tener un rol importante en formar su percepción a la situación.
- Los niños puede demostrar un rango de emociones al reaccionar a la muerte o pérdida.

Las distintas reacciones puede incluir:

- Shock Emocional – y a veces aparente falta de sentimiento, el cual ayuda al niño a separarse del dolor del momento.
- Conductas regresivas e inmaduras – así como necesitar que lo mesan o carguen/chineen.
- Emociones Explosivas y conductas inapropiadas – refleja los sentimientos internos de enojo, frustración y vulnerabilidad.
- Hacer la misma pregunta una y otra vez – no es porque no entienda los hechos, pero porque la información es difícil de creer o aceptar.
- Dar a los niños oportunidad para decir su historia y ser un buen oyente.
- El duelo es un proceso, no un evento.
- Dar a un niño la información a nivel que él/ella entienda. La pérdida y muerte son ambos parte del ciclo de la vida que los niños tienen que entender.
- Animar a los niños a hacer preguntas de pérdida y muerte a las personas apropiadas. Tomar las preguntas con respecto y estar dispuesto a escuchar. Estar listos para compartir la esperanza del futuro y el gozo que tenemos como seguidores de Cristo.
- Duelo, usualmente, no sucede en un orden predecible. No existe una manera “correcta” para lidiar en el proceso de duelo.
- Permitir que los niños sepan que tú quieres entender lo que están sintiendo y lo que necesitan.
- Los niños necesitan mucho apoyo, especialmente si han tenido pérdidas significativas en sus vidas.
- Ten en mente que el duelo es trabajo duro: Es difícil para los adultos y también para los niños.
- Estar conscientes que tú también necesitas el duelo. Enfocarse en el niño que cuidas es importante, pero también recuerda tu pérdida.

Fases de Desarrollo para Entender la Muerte

Infantes: Los niños muy pequeños pueden percibir que un adulto está triste, pero no tiene un entendimiento verdadero del significado de la muerte.

Prescolar: Los niños pequeños puedan negar la muerte como un evento formal y lo pueden ver como una muerte reversible. Ellos pueden interpretar la muerte como una separación y no como una condición permanente.

Primaria: Los niños a esta edad (aproximadamente 5 – 9) comienzan a comprender la finalidad de la muerte. Ellos comienzan a entender que algunas circunstancias llevan a la muerte. A esta edad, ellos perciben la muerte como algo que le pasa a otros, y no debería o va a pasar a uno mismo o a su familia.

Pre-adolescentes: Los niños a esta edad tienen la cognición de entender la muerte como un evento final que causa que tu cuerpo no funcione. Ellos pueden experimentar una variedad de emociones y sentimientos, y sus expresiones pueden incluir malas conductas, conductas de auto lastimarse para lidiar con el enojo y abandono.

Secundaria: La mayoría de los adolescentes captan por completo el significado de la muerte en la mayoría de las circunstancias. Ellos pueden buscar a sus amistades y familia para consuelo o pueden apartarse para lidiar con el duelo. Los adolescentes (así como los niños) con una historia de depresión, y otras vulnerabilidades emocionales tienen riesgo particular de tener un duelo prolongado y serio y van a necesitar que les pongan más atención y cuidado durante estos tiempos difíciles.

Para ayudar a entender la reacción de las persona durante un tiempo de pérdida, puede ser de ayuda entender dos estilos de duelo – *instrumental e intuitivo*. Los *instrumentales* (personas orientadas por su cognición/mente) tienden a tener un efecto controlado ante una pérdida. Ellos tienden a procesar silenciosamente o sumergirse en ellos en una actividad. Los *Intuitivos* (orientados por sus sentimientos) tienden a experimentar el duelo como olas de sentimientos y usualmente necesitan expresar sus sentimientos y buscar el apoyo de los demás.

NOTA: Tomado del Departamento de Consejería de Elim Christian Services. Ellos usaron información de *National Association of School Psychologists, Mayo Clinic Pediatrics, y American Academy of Beravement*.