

EdP / Escuela de Padres

Colegio Dominicos – Valencia / Época V / curso 08-09 / Dirige: Alfonso Esponera, O.P.



Tema 19 : Nuestros chicos ante la muerte.

La muerte no es un fenómeno ajeno a la vida de nuestros hijos, pues entran en contacto con situaciones que se refieren a ella (muerte de animales, muerte de familiares, muertes en las películas y en las noticias, etc.).

Pero la sociedad occidental actual está empeñada en ignorar o eludir la muerte, vivirla como algo accidental, ajeno al proceso natural de la vida, pero en la que la inquietud ante ella va en aumento. Por lo que los padres

y los educadores podemos tender a evitar cualquier tipo de explicación sobre el tema e impedir que los niños presencien situaciones que consideramos desagradables, porque quizá para nosotros mismos es un tema que no hemos sido capaces de afrontar y resolver. Hay una gran falta de comunicación "normal" a los niños con respecto a este tema y lo único que se consigue es producir desconfianza y distancia entre el niño y los adultos, que lleva a aumentar el temor y el rechazo a la vez que al aislamiento por el dolor y la ansiedad que el tema de la muerte implica.

Lo que se indicará a continuación se refiere fundamentalmente hasta la preadolescencia, pero con las acomodaciones respectivas el segundo y tercer bloque son válidos también para la etapa adolescente.

I.- ¿A QUÉ EDAD PUEDE COMENZAR A COMPRENDER UN NIÑO QUÉ ES LA MUERTE?

LOS PRIMEROS AÑOS

Nuestros hijos pueden utilizar la palabra muerte, muerto, matar, murió, etc., bastante antes de comprender el sentido del concepto. Estarán utilizando esas palabras simplemente para describir un juego.

Carecen antes de los dos años y medio o tres del concepto de muerte o de matar.

Menor de cinco años.

Un niño menor de cinco años, aún no entiende tres componentes fundamentales, que son: la muerte es irreversible, definitiva y permanente; se caracteriza por la ausencia de las funciones vitales; y la muerte es universal (todos debemos morir).

Por ello, consideran la muerte como un estado temporal como el dormir o marcharse, que los muertos aún pueden escucharnos o vernos, o bien que ellos o sus padres nunca van a morir.

De cinco a siete años

Se considera que alrededor de los 5-7 años se establece el concepto de muerte, aunque aún "rudimentario", y hasta los 10 años no creen que pueda pasarles a ellos.

A partir de siete años

A partir de dicha edad suelen entender que la muerte es un estado definitivo y que necesariamente todos llegamos a ella. Claro que esto no es matemático y muchos de los niños que ya han pasado por la triste experiencia que significa perder a un ser querido, suelen ser muy adelantados en la comprensión de este fenómeno.

La muerte sólo cobra significado para el niño si alguien a quien conoció, alguien que "estaba ahí", de pronto desaparece. No determina una gran diferencia el hecho que se trate de una vecina, un perro o un tío. Aun cuando un niño tenga tres o cuatro años es habitual que por primera vez tome conciencia de la muerte en el concreto momento en el que alguien muere, y reaccione. Por lo común, su reacción se expresa a través de preguntas tales como estas: ¿qué quiere decir "muerto"? ¿por qué el doctor no puede arreglarlo? ¿dónde se fue la abuelita cuando murió? ¿dónde está ahora? ¿cómo llegó allí? ¿puedes hacer que viva de nuevo?

hay que tener en cuenta	Sentimientos, curiosidad...
<p>También hay que tener en cuenta la naturaleza "animista" del pensamiento infantil: los menores de siete años atribuyen a los muertos las propiedades de los vivos (creen que los muertos oyen, sienten, comen...: "sé que papá está muerto, pero no puedo entender por qué no viene a cenar"), incluyendo razonamientos fantásticos y pensamientos mágicos y emociones.</p> <p>Este "animismo" va siendo reemplazado por un concepto más realista y causal, pero en el inconsciente permanecen las creencias y procesos mentales más primitivos.</p>	<p>Los sentimientos más frecuentes en los niños con respecto a la muerte son: miedo (porque es un tema desagradable en su cultura y no porque lo hayan construido sobre su experiencia), tristeza o extrañeza (cuando sabe poco sobre la muerte).</p> <p>La curiosidad de nuestros hijos acerca de la muerte es un problema que resulta difícil de manejar, ya que el niño está tratando de comprender un concepto abstracto en términos muy concretos. Quiere saber cosas específicas.</p>



¿Qué hay que hacer? ¿Qué no hay que hacer?

Hay que comunicar al niño el fallecimiento de algún familiar. El no hacerlo, puede indicar falta de confianza en su capacidad para afrontar situaciones reales. Si se le responde con evasivas y/o no se le dice toda la verdad, puede producir en él ira y resentimiento.


Pero hay que evitar las descripciones terroríficas o macabras. Los niños necesitan que se les participe del problema brindándoles información correcta y sencilla, que deberá ser acompañada de apoyo emocional, como por ejemplo seguridad y comprensión, para afrontar la pérdida. Siempre es mejor responder a sus preguntas que evitarlas.

No hay que tratar de engañarles, sino que hay que procurar dar a sus preguntas, respuestas simples, directas y claras, siempre intentando tener en cuenta el contexto emocional y el grado de desarrollo del niño para responder adecuadamente a sus preguntas.

No es bueno decir que la persona fallecida se ha ido de viaje, ni decir que se ha dormido. Ambas afirmaciones les crean la idea de que esa persona retornará de su viaje o despertará de su sueño. Hay algunos niños que temen dormirse, porque han identificado el sueño con la muerte. No se debe temer al uso de palabras como "muerte" o "muerto" que, en los niños mayores, darán una idea clara de lo que ha sucedido.

Hay que propiciar y animar a que comuniquen lo que saben, sienten y piensan. Los adultos debemos comunicar también nuestra actitud al respecto. De todas formas, debemos tener siempre presente, que la muerte es uno de los mayores enigmas de nuestras vidas y la máxima crisis que debemos afrontar y que sólo podremos conocer en primera persona cuando nos llegue la hora. Nuestra respuesta ante ello, debe ser la de compartir el dolor, el asombro y las dudas, creando un espacio de seguridad que atienda principalmente sus necesidades y temores.



Recordemos que:		Los que somos creyentes:
<p>Cuando nuestro hijo se enfrenta por primera vez a la idea de la muerte, está preocupado por la posible muerte de sus propios padres. Teme ser dejado solo.</p> <p>Si nos pregunta: "¿Cuándo morirás?", lo más apropiado es responder: "No moriré hasta dentro de mucho, mucho, mucho, mucho... mucho tiempo", y así dar al niño la idea de que nuestra muerte no está prevista para un futuro inmediato. Advirtamos que no negamos que ocurrirá.</p> <p>Cuando nos pregunte cuándo morirá él, no se lo debemos negar puesto que se trata de un hecho indiscutible, pero con la misma respuesta anterior diremos que no morirá por un largo, largo período de tiempo.</p> <p>Cuando el niño descubre la mortalidad, primero la de sus padres y luego la propia, destroza su ilusión de autosuficiencia y omnipotencia.</p>	<p>Este es un buen momento para orientar los valores religiosos de nuestra fe.</p> <ul style="list-style-type: none"> -La vida que tenemos y el tiempo presente es un regalo de Dios. Dios, por medio de nuestros padres, nos da la vida. -La muerte es un final temporal que nos llevará a otra dimensión (el cielo). Cristo, el Señor, también murió. Y resucitó para abrir ese mundo nuevo del cielo. -Debemos amar la vida: ser buenos y vivir bien... y desear que los que mueren sean felices con Dios en el cielo. 	

II.- ANTE LA PENA POR LA MUERTE DE UN SER QUERIDO

Los especialistas indican que aunque los demás no pueden proteger a los niños de la pena ocasionada por la muerte de un ser querido, sí pueden guiarlos y consolarlos durante el proceso del duelo.

La reacción de un niño es muy diferente a la reacción de las personas mayores. Al choque y a la confusión que sufre el niño que ha perdido su papá, abuela, hermano, tía, etc., en la gran mayoría de ocasiones, se le añade la falta de atención adecuada de otros familiares que lloran esa misma muerte.

No es bueno abundar en detalles sobre cómo se produjo la muerte, la explicación debe ser breve y clara.

Los niños tienen las mismas necesidades de desahogo y de ser confortados que los adultos, por lo que les puede beneficiar participar en las actividades relacionadas con este hecho (velatorio, sepelio, misas, etc.).

Se puede ofrecer a los niños la opción de asistir o no, **nunca se les debe obligar**. En el caso de que ellos quieran hacerlo, se les debe explicar con anterioridad lo que van a ver y escuchar en ese momento, incluso la pena que otras personas tal vez expresen. Al permitirles participar de estos hechos, les damos la posibilidad de experimentar la sensación de una despedida definitiva.

Los padres también pueden ayudar a los niños a hallar otras maneras de honrar y recordar al difunto (p.e. encender una velita, decir una oración o visitar la tumba).



Si tenemos fe y creemos en la vida eterna, nos puede ayudar a presentar esa separación definitiva desde la esperanza de reunirnos al final de nuestras vidas con la persona querida en presencia de Dios, nuestro Padre del cielo.

Debemos de ser conscientes de cuáles son las reacciones normales de los niños así como de las señales de peligro. De acuerdo a los psiquiatras de niños y adolescentes, es normal que durante las semanas posteriores algunos niños sientan una tristeza profunda, o que crean que el ser querido continúa vivo y manifiesten dicha tristeza de vez en cuando a través de un largo período de tiempo, a veces en momentos inesperados.

Sus parientes deben pasar todo el tiempo posible con el niño y hacerle saber bien claro que pueden y deben manifestar sus sentimientos libre y abiertamente. Cuando el dolor no se exterioriza puede manifestarse de maneras no conscientes (pesadillas, dificultades en la escuela, etc.).



DEBEMOS DECIRLES que también todos nos sentimos tristes, porque tal ser querido murió, ya que lo extrañaremos mucho.

Es adecuado expresar nuestra aflicción en ese momento, especialmente si la persona es muy allegada. No debemos temer llorar ante ellos, pues comprenderán y nos acompañarán en el dolor, [pero debemos evitar las situaciones de gritos escandalosos y signos de desesperación](#), pues pueden dejar en ellos una imagen sumamente negativa y desesperanzada. Si nuestro hijo nos ve apenados, eso le ayudará a valorar la vida.

Si hablamos de la muerte sin expresar pena, podemos estar transmitiéndole la idea de que la persona muerta no sólo era insignificante sino que tampoco será extrañada. Debe saber también que es importante expresar pena, lo que simplemente es una reacción sana ante la muerte.

Es importante que el niño se "despida" de la persona que ha fallecido. El adiós está relacionado con las necesidades y creencias personales, por lo que [debemos ser sensibles y flexibles ante el comportamiento del niño a consecuencia de la pérdida sufrida](#). Pero sin olvidar que los niños se sienten más consolados con un abrazo que con palabras sentidas.



Si la persona muerta era esencial para la estabilidad del mundo del niño, la ira es una reacción natural. Esta ira se puede manifestar en juegos violentos, pesadillas, irritabilidad o en una variedad de otros comportamientos.

A menudo el niño se mostrará con enojo hacia los miembros sobrevivientes de la familia.

- Después de la muerte de su padre o su madre, muchos niños actúan como si tuviesen menos edad.
- Temporalmente actúan de manera más infantil exigiendo comida, atención, cariño e incluso habla "como un bebé".

Se debe estar atento y escudriñar los sentimientos de los niños, ya que, los más pequeños, suelen tener la sensación de ser culpables de la muerte del ser querido.

Y es que los niños experimentan sentimientos ambivalentes hacia sus padres en un momento u otro -por ejemplo, cuando es castigado- y pueden incluso desear que uno de los padres desaparezca o se muera.

En ciertas etapas del desarrollo sienten que sus deseos pueden transformarse en realidad y el pequeño puede creer que su papá, abuelito, hermano o hermana se murió porque él una vez deseó que se muriera, y se siente culpable porque cree que su deseo se realizó.

Se le debe explicar en forma clara que lo que él haya dicho o pensado no ha provocado la muerte del ser querido. Al mismo tiempo puede sentir enojo y resentimiento, en especial por el padre que lo ha abandonado.

Se les puede tranquilizar con la afirmación de que con el tiempo volverán a sentir la felicidad y que estará bien reanudar las actividades diarias normales, además de volver a jugar y reírse.

Algunas señales de peligro que advertir

Estos síntomas indican que se necesita ayuda profesional, para que ayude al niño a aceptar la muerte y asistir a los sobrevivientes para que le acompañen durante el proceso de pena y luto:

- + un período prolongado de depresión durante el cual pierde interés en sus actividades y vida cotidiana;
- + trastornos del sueño, pesadillas, insomnio, terrores nocturnos, el miedo prolongado a estar solo;
- + pérdida del apetito;
- + regresión a una edad más temprana por un período extendido de tiempo;
- + imitación excesiva de la persona muerta;
- + decir frecuentemente que quisiera irse con la persona muerta;
- + dificultad en el manejo de las relaciones interpersonales;
- + negarse a ir a la escuela;
- + deficiencias escolares (problemas de atención, concentración, bajo rendimiento y malas calificaciones);
- + tendencia a accidentarse.

