

MANEJO DEL DUELO CON LOS HIJOS

Al igual que los adultos, algunos niños tienen en ocasiones imágenes vívidas del familiar muerto, las que están vinculadas con la esperanza de su regreso. Cuando las condiciones son favorables, el duelo se caracteriza por recuerdos e imágenes de la persona muerta, además de tristeza por su muerte.

En el duelo patológico, el niño tiene dificultades para expresar lo que siente, generalmente se debe a que los padres reprimen sus sentimientos, o porque no saben cómo ayudar al niño a superar esto.

Luego de la pérdida de un familiar se debe estar atento al comportamiento o reacción de un niño para poder ayudarlo a tiempo y evitar que algún tipo de conducta desadaptativa se fije en él.

ASPECTOS QUE INFLUYEN EN LA SITUACIÓN DE DUELO:

El camino que tome el duelo, está profundamente influido por la manera en que sea tratado por sus parientes y amigos durante las semanas y meses que sigan a la pérdida.

Lo que se le dice al niño y cuando se le dice:

Los adultos suelen estar presentes cuando muere un deudo o pariente. Si no lo están, la información le llega de todas maneras en forma pronta. En cambio, en nuestra sociedad, esto no ocurre con los niños, y la información suele llegarles en forma tardía y equívoca. Debido a esto muchas veces la respuesta del niño no está en consonancia con lo ocurrido.

Cuando muere uno de sus familiares cercanos, casi siempre es el progenitor sobreviviente el que informa a los hijos de este hecho, lo que obviamente es un paso penoso y difícil.

En la mayor parte de los casos, esta información se entrega en forma inmediata, pero en algunos llega a postergarse por semanas e incluso meses.

Lo que se debe hacer:

- -El primer paso consiste en brindar apoyo al padre sobreviviente de manera tal que pueda reflexionar sobre lo ocurrido. Se le debe ayudar a expresar sus sentimientos e

impulsos, de esta manera el duelo toma un camino sano. Una vez producido esto, se hace menos dura la tarea de incluir a los hijos en el proceso de duelo.

- -El padre y los hijos pueden expresar en común sus sentimientos.
- -Finalmente debe considerarse que sólo patologías y confusión nacen al ocultar la información de muerte a un niño, o cuando se reprimen sus sentimientos. Sólo cuando se les da información verdadera y el apoyo necesario, los niños son capaces de asumir y responder al duelo en forma realista y sana.

Ideas del niño sobre la muerte:

Las ideas de muerte de un niño derivan de sus tradiciones familiares y de la relación con su grupo de pares.

Los niños comienzan a preguntar sobre la muerte cuando ven a un insecto o a un ratón muerto. Es importante, en este momento, responder todas sus dudas para que se forme en él una adecuada idea de muerte. Lo más importante es decir al niño desde pequeño que todos vamos a morir algún día, que esta es una ley de la naturaleza y que en ese momento es natural sentir pena y deseos de que esa persona regrese con nosotros.

Consideraciones Favorables al Duelo:

Siempre que las condiciones sean favorables, todo niño va a llorar a un familiar desaparecido, igual que en el duelo sano del adulto.

Las condiciones para el duelo infantil no son tan diferentes a las del duelo del adulto. Las más significativas son:

- Que haya mantenido una relación razonablemente segura y afectuosa con sus familiares antes de sufrir la pérdida.
- Que se le dé información precisa sobre lo ocurrido, que se le permita hacer toda clase de preguntas y se le conteste del modo más honesto posible, que participe en la aflicción de la familia e incluso en las ceremonias fúnebres.
- Que cuente con la consoladora presencia de los padres. Si no es posible, de un sustituto de confianza y que tenga la seguridad de que esa relación habrá de continuar.

Después de la muerte de un familiar, el niño o el adolescente generalmente anhela su presencia con tanta persistencia como un adulto, a veces abriga la esperanza de que

el padre desaparecido pueda volver, otras veces reconoce de mala gana que eso no puede ser y se pone triste. A veces se puede comprobar que experimenta una viva sensación de la presencia de la persona muerta. Puede tener estallidos de cólera por la pérdida sufrida y, en otras, sentimientos de culpabilidad. También teme que el padre sobreviviente muera, es decir el resultado de una pérdida es temer sufrir otra pérdida. A menudo se encontrará ansioso y tendrá conductas difíciles de comprender.

Cuanto menor es el niño, menos posibilidades hay de que el duelo se parezca al de un adulto. Cuando las condiciones son favorables, el duelo de los niños se caracteriza por recuerdos e imágenes persistentes de la persona y por repetidos accesos de anhelo y tristeza, especialmente en reuniones de familia y aniversarios o cuando una nueva relación empieza a marchar mal. Esto es importante cuando se espera que un niño con duelo establezca una nueva relación. El niño debe aprender a diferenciar la relación anterior de la nueva para que ésta prospere, esto es más decisivo aún cuando se trata de una nueva figura parental, pues surgen las comparaciones que son inevitables y penosas.

Respuesta a la Partida:

El niño frente a la pérdida reacciona de diferentes maneras, algunas de las respuestas a la pérdida que tienen implicaciones prácticas son la ansiedad y la cólera o ira.

- *La ansiedad:* Un niño que sufrió una pérdida teme sufrir otra. Esta actitud lo hará especialmente sensible a toda separación de la figura que cumple con las funciones de maternidad y también a cualquier hecho que le parezca indicar otra pérdida, es propenso a buscar consuelo en algún juguete viejo o manta, algo esperable a su edad.
- *Cólera o ira:* Algunos niños pequeños que pierden a un familiar se ponen extremadamente furiosos por el hecho. Suelen pasar inadvertidos y, por lo tanto, no se consignan, especialmente cuando la cólera se expresa de manera indirecta.