



Preguntas que hacen los niños de preescolar que están de duelo

HIGHMARK.
CARING PLACE
[Centro Humanitario de Highmark]



Un centro para niños, adolescentes y familiares que están de duelo



Que cuenta con fondos provistos por Highmark health high 5
[Cinco puntos cardinales para la salud de Highmark]

Una iniciativa de la Fundación Highmark

¿Acaso los niños de preescolar son demasiado jóvenes para sentir duelo?

La gente se pregunta, “¿Los niños pequeños sienten duelo?”

Los niños sienten duelo. El duelo es la respuesta natural al amor y la pérdida. Si el niño tiene edad suficiente para querer también tiene edad suficiente para sentir duelo.

Pero los niños pequeños expresan el duelo de manera diferente a los adultos. Lo hacen en pequeñas dosis a la vez—con breves expresiones de emoción, y luego siguen como si nada hubiera pasado. Desde el punto de vista del desarrollo, todavía no pueden valorar la inmensidad de lo que sucedió.

Los niños pequeños tampoco cuentan con el vocabulario o la facilidad de palabras para poder expresar sus sentimientos de la misma manera que los adultos o los niños más grandecitos lo pueden hacer.

Pero así y todo están “tristes por dentro” aunque no tengan palabras para expresarlo. Lo que los niños de preescolar necesitan es nuestro apoyo diario, pero en especial cuando están tristes o de duelo.

Si el niño tiene edad suficiente para querer también tiene edad suficiente para sentir duelo.

La importancia de las preguntas que hacen los niños de preescolar

Los niños pequeños sienten el duelo de la muerte de un ser querido, pero es necesario explicarles el concepto de muerte. El concepto de la muerte como tal es bastante confuso para el grupo de esta edad.

Debido a su confusión sobre lo que significa estar muerto, los niños de preescolar por lo general hacen muchas preguntas y hacen las mismas preguntas una y otra vez también. Cada vez que usted las responda, puede que oigan algo diferente, con un mayor nivel de comprensión.

Pero más que la comprensión cognoscitiva, lo que el niño busca es una relación, la relación con usted y la tranquilidad de que el mundo sigue siendo un lugar seguro.

Lo importante es lo que yace detrás de las preguntas. El niño busca en usted la certeza de que el mundo sigue siendo bueno.

Esta tranquilidad es necesaria en el más básico nivel humano. Las palabras que usted diga son importantes pero aún más lo es la manera en que usted las diga y lo que el niño siente como resultado de sus palabras, eso es lo que en realidad importa. Mírele al niño a los ojos. Póngase a su nivel (agáchese, o siéntese en el piso). Hágale saber que usted piensa que el niño es lo suficiente importante como compartir tiempo juntos.



Problemas del desarrollo

El mundo del niño se compone en gran medida por el niño mismo y las personas allegadas a él. Es por ello que tomarse el tiempo de hablar con el niño y escucharlo, demostrarle al niño que su relación con él aún se mantiene firme, también le demuestra que el mundo como tal es un lugar más seguro.

Las preguntas de los niños a veces reflejan sus temores sobre la muerte. Puede que teman haber causado la muerte de la persona. Puede tranquilizar al niño diciéndole que no causó la muerte de la persona, y usted puede ayudarlo a entender que la persona que murió no quería dejarlo.

También puede que se pregunten si ellos o alguien que ellos conocen va a morir. Aunque usted no le puede prometer que nunca morirá, lo que sí le puede decir a ciencia cierta es que su intención es estar con él y cuidarlo hasta que crezca y se pueda cuidar a sí mismo.

“Precisamente porque los niños no entienden lo que es la muerte es que es especialmente necesario hablar con ellos sobre esto.”

—Hedda Bluestone Sharapan



Permanencia — Cuando una persona muere, el niño de preescolar no entiende que la muerte es permanente. Siente la muerte más como una ausencia en lugar de verla como que su ser querido ha desaparecido “para siempre”.

Los niños pequeños reaccionan ante la muerte como una pérdida, una separación. Debido a su limitada comprensión del concepto de tiempo, se preguntan si la persona que murió regresará. También puede que se pregunten si pueden “visitar” a esa persona. También es bastante común que el niño vaya por ejemplo al entierro y al funeral de su abuelo y luego el niño pregunte si el abuelo va a venir a cenar el domingo.

Concreción — Debido a su falta de capacidad para procesar conceptos complejos, las explicaciones que les demos a los niños tienen que ser concretas y breves. Solo responda a la pregunta en específico sin darle explicaciones correspondientes.

Por lo general lo que los niños pequeños preguntan es todo lo que desean saber. Usar palabras sencillas y oraciones cortas, a la vez que se añade la mayor cantidad posible de palabras que expresan sentimientos, ayuda al niño a comprender mejor.

Usar las palabras muerto, muerte y se murió ayudará al niño de preescolar a entender el verdadero sentido de estas palabras.

Interpretación literal — Los niños interpretan lo que se les dice literalmente; es por ello que es importante evitar el uso de eufemismos o metáforas al hablar sobre la muerte con ellos.

Decirle a un niño pequeño que abuela “está durmiendo” puede provocar que el niño se pregunte cuándo se va a despertar—o puede provocar que el niño mismo tema dormirse.

Explicarle que papi se fue a un “viaje” a las nubes puede provocar que el niño se enoje con papi por no llevarlo a él.

Decirle que “perdimos” a su hermana puede provocar que el niño salga a buscarla por el vecindario.

Usar las palabras *muerto*, *muerte*, y *se murió* ayudará al niño de preescolar a entender el verdadero sentido de estas palabras y conceptos con el tiempo y evitará confusión y malentendidos a largo plazo.

“Como no tenemos un libro que pueda hacer esto por nosotros, ni palabras mágicas que sean la ‘palabra correcta’ a decir. El que tratemos, compartamos y nos preocupemos—las intenciones de ayudar y la disposición a escuchar—es lo que en realidad le indica al niño, ‘Me preocupo por ti’. Cuando sabemos que alguien nos quiere, es que podemos hablar sobre los temas más difíciles y sobreponernos a los momentos más difíciles.”

—Hedda Bluestone Sharapan
de *Hablar con niños pequeños sobre la muerte:*
Un mensaje de Fred Rogers



Los niños de preescolar necesitan sentirse seguros y a salvo.

Los niños de preescolar necesitan ayuda con sus sentimientos, independientemente de cuáles sean.

Los niños de preescolar necesitan adultos solidarios a quienes poder expresar sus sentimientos y temores, su dolor y su alegría, sus tonterías y sus tristezas. Necesitan poder ser ellos mismos y que se les acepte y se les quiera tal y como son.

Este es uno de los folletos de la serie de cuatro partes sobre las preguntas que hacen los niños que están de duelo

Sobre el Centro Humanitario de Highmark

El Centro Humanitario de Highmark se dedica a mejorar las vidas de niños que están de duelo.

La misión del Centro Humanitario de Highmark es:

- Concientizar sobre las necesidades de los niños que están de duelo
- Ofrecer programas que traten esas necesidades
- Preparar a la comunidad para que apoyen a los niños que han sufrido la muerte de un ser querido

Pittsburgh

620 Stanwix Street • Pittsburgh, PA 15222
(888) 224-4673

Erie

Bayview Office Park, Building 2 • 510 Cranberry Street •
Erie, PA 16507
(866) 212-4673

Central PA

3 Walnut Street, Suite 200 • Lemoyne, PA 17043
(866) 613-4673

Warrendale

200 Warrendale Village Drive • Warrendale, PA 15086
(888) 734-4073

www.highmarkcaringplace.com



Un centro para niños, adolescentes
y familiares que están de duelo

*En cooperación con Highmark Healthy High 5,
una iniciativa de la Fundación Highmark,
una fundación privada, exenta de impuestos
que alienta iniciativas y programas para la
mejora de la salud y la calidad de vida de las
comunidades a las que presta sus servicios.*

es un programa de:



Licenciatario independiente de Blue Cross and Blue Shield Association

El símbolo "Blue Shield" [del escudo azul] es una marca registrada de Blue Cross and Blue Shield Association, una asociación de planes independientes de Blue Cross and Blue Shield.

Highmark es una marca registrada de Highmark Inc.

Resources for the Journey of Grief es una marca registrada de la Caring Foundation.

La marca de "the hand in the hand" [la mano sobre la mano] es un tipo de marca comercial de la Fundación Highmark.