



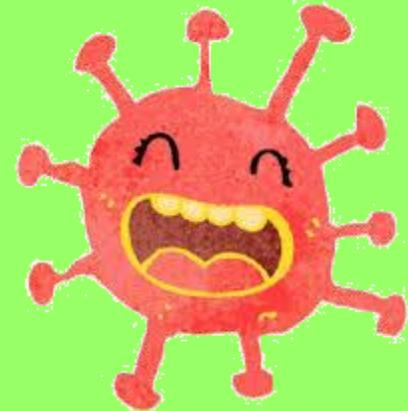
# ¿CÓMO ABORDAR EL DUELO Y LAS PÉRDIDAS EN NIÑOS Y NIÑAS?



COLEGIO  
NUESTRA  
SEÑORA  
DEL CAMINO

ORIENTACIÓN PRIMER CICLO  
PS. SILVIA TAPIA  
Agosto, 2020

- En el contexto actual, de emergencia sanitaria, son muchas los cambios a los que hemos tenido que enfrentarnos. Los niños y niñas en especial han debido adaptarse a la pérdida de su cotidianeidad, salidas, espacio escolar y de sus espacios de vínculo social con pares en general.
- En este sentido, las pérdidas y los duelos han sido parte de este tiempo excepcional, lo que trae asociadas una serie de expresiones emocionales (irritabilidad, miedo, angustia) y cambios en su conducta (hiperreactivo, impulsividad, entre otras).
- Junto a lo anterior, se hace más cercano el tema de **la muerte** , haciéndose presente en conversaciones, asociada al riesgo de enfermedad y como parte de nuestra realidad.
- Abordaremos, como trabajar el tema con los más pequeños, a través de la siguiente síntesis.



## ¿Cómo abordar el duelo y las pérdidas con niños y niñas?



- Muchas veces son nuestros propios miedos los que nos dificultan hablar con los niños(as) sobre la muerte. Esto impide contener y acoger las preguntas que los niños y niñas se hacen al respecto.
- Es importante considerar que los niños(as) sí tienen preguntas sobre la muerte y que requieren que un adulto les ayude a entenderlas y a abordarlas tomando en cuenta tanto sus necesidades, así como los códigos y maneras de expresarse **propios de cada edad.**

Los niños(as) tienen diferentes representaciones sobre la muerte dependiendo de su edad.

**Por lo general, antes de los 5 años no tienen claridad acerca de los tres elementos centrales de la experiencia de la muerte:**

- a) Que es irreversible.
- b) Que se caracteriza por la ausencia de las funciones vitales.
- c) Que es universal, es decir, que todos debemos morir en algún momento.

# ASPECTOS A CONSIDERAR PARA EXPLICAR LA MUERTE SEGÚN LA EDAD, EN PREESCOLARES:

## 0-2 años

- La muerte sólo es una palabra.
- No hay comprensión cognitiva de su significado.
- Perciben la muerte como una ausencia, especialmente si se trata de una figura relevante.
- Perciben los cambios que se pueden producir en su entorno .
- Son sensibles al estado de ánimo de sus cuidadores.

## 3 - 5 años

- Creen que la muerte es temporal y reversible.
- Creen que la persona puede seguir viva y experimentar sensaciones o realizar acciones de los vivos/as .
- No creen que la muerte sea universal. Piensan que sus padres y ellos/as mismos/as no van a morir.
- Interpretan de forma literal cualquier explicación que les demos sobre la muerte.

# ¿Cómo hablarlo?

Mantener la calma y la tranquilidad al momento de hablar con ellos/as.

Hablarles de manera sencilla y sin rodeos, pero con un lenguaje que ellos puedan entender.

Responder las preguntas que a ellos/as les surjan y al ritmo que ellos establezcan.

Facilitar la expresión de las emociones del niño(a): facilitando espacio de juegos, cuentos, y dibujos, que le permitan elaborar sus emociones.



No obligar a un niño(a) asustado a ir a un velorio o funeral de un ser querido.

Facilitar un vínculo espiritual en el tiempo:

Honrar a la persona de alguna manera, realizar ritual, rezar, dibujar, etc.

# Los niños(as) pueden reaccionar de maneras muy diferentes ante la pérdida de un ser querido:

- Pueden experimentar angustia o miedo.
- Pueden sentir culpa, al pensar erróneamente que ellos están involucrados en la muerte del ser querido.
- Pueden negar la muerte y actuar como si aquello no hubiera sucedido.
- Pueden sentir mucha rabia, mostrarse irritables, expresar su dolor a través de conductas disruptivas o de riesgo para su propia integridad.
- Pueden sobre adaptarse a la situación, tratando de ser quienes consuelan a los demás por la pérdida, sin tener el espacio para ellos mismos vivirla y elaborarla.

En la medida que un adulto acompañe al niño(a), ya sea respondiendo las normales preguntas que pueda tener sobre la muerte, así como conteniéndolo emocionalmente cuando viva la pérdida real de un ser querido, podrá incorporar la experiencia de la muerte como un elemento que es parte de la vida y no como un terror sin nombre que pudiera desorganizarlo.

La principal herramienta para ayudar a un niño(a) a entender la muerte es la calidad y seguridad en el vínculo que existe entre él y un adulto significativo de su historia.

Cualquier consulta, no duden en contactarme:  
stapia@nsdc.cl (Silvia Tapia. Psicóloga primer Ciclo NSDC )

### Fuente bibliográfica

- <http://www.fonoinfancia.cl/wp-content/uploads/2020/04/C%C3%B3mo-explicar-la-muerte-a-ni%C3%B1os-y-ni%C3%B1as.pdf>
- [http://www.fonoinfancia.cl/?los\\_expertos\\_dicen=prueba-6](http://www.fonoinfancia.cl/?los_expertos_dicen=prueba-6)
- [http://www.fonoinfancia.cl/?los\\_expertos\\_dicen=como-hablar-de-la-muerte-con-ninos-y-ninas](http://www.fonoinfancia.cl/?los_expertos_dicen=como-hablar-de-la-muerte-con-ninos-y-ninas)

### Link sugerido

- <http://www.crececontigo.gob.cl/wp-content/uploads/2020/05/Co%CC%81mo-apoyar-a-nin%CC%83os-nin%CC%83as-y-adolescentes-ante-la-muerte-de-un-ser-querido-por-Coronavirus-COVID-19.pdf>

## Sugerencia de cuentos:

- “La Estrella de Laura” de Klaus Baumgart

<https://www.youtube.com/watch?v=xHdcl01j7Xk&list=PLiGa4VpccB6levnWtus5Iz9TAI59s-mS1>

- “Siempre” de Ana Galán

<https://www.youtube.com/watch?v=VTgB41FHCA>

- “El árbol de los recuerdos” de Britta Teckentrup

<https://www.youtube.com/watch?v=hsSOAVrOAKw>

- “Para siempre” (7- 8 años) de Camino García

[https://www.youtube.com/watch?v=U8\\_OI3T0Jlc](https://www.youtube.com/watch?v=U8_OI3T0Jlc)