

Una muerte en la familia

En una sociedade como a nosstra en a que los valores máis importantes son el éxito, la competencia, el dinero y la "buena imágen", hay muy poco espacio para hablar del fracaso, del dolor, de la enfermidade y la muerte.

El silencio que se estende sobre estas vivencias pretende ser una defensa, una negación de su existencia, como si dejándolas a un lado las alejásemos de nuestras vidas. Esta dificultad se multiplica aún máis frente a los niños en el caso de que se produza la muerte de un familiar, de un amigo o, quizás, de su propia mascota.

Los niños "saben" desde muy pequeños muchas cosas acerca de la muerte y están acostumbrados a una cierta convivencia con ella a través de sus lecturas, sus películas y sus juegos.

En la primera infancia recurren al pensamiento mágico, propio de su idade, y al igual que en sus juegos -donde resucitan quienes mueren- piensan que también esas personas de carne y hueso volverán a la vida. Cuando empiezan a ser máis conscientes de la idea de muerte siguen convencidos de que eso sólo le puede ocurrir a los demás, y, así, aunque puedan preguntar: "¿Mamá, cuándo te morirás?", no aparece la angustia.

A partir de los 8 años son capaces de concebir la muerte como un suceso sin vuelta atrás, y es en ese momento, cuando identifican la muerte como una pérdida dolorosa, cuando precisan respuestas precisas, comprensión y seguridade.

Pensando en estas dificultades, cuando suceda una muerte en el entorno de un niño hay que estar atentos a cómo pueden manifestar su malestar. A veces, con inhibición y tristeza, dejando de jugar o bajando los resultados escolares; con agresividad hacia padres y amigos; también con regresiones en comportamientos que ya estaban superados e incluso manifestando el dolor en su propio cuerpo, como si estuvieran enfermos. Es por todo ello que, aunque nos resulte difícil, siempre es mejor hacerles partícipes de la situación, anticipársela para que ellos puedan ir cobrando conciencia de lo que va a ocurrir y dejar que expresen todos sus sentimientos.

Un niño siempre tiene derecho a saber la verdad y ésta no es máis dolorosa que sus propias cavilaciones o fantasías. Es mucho peor para un crío sentir la ausencia de un ser querido como si fuera un abandono que fruto de una enfermidade o de un accidente.

Lourdes Mantilla, psicóloga clínica

QUÉ TENER EN CUENTA

- Cada niño es diferente y mientras unos preguntan espontáneamente y quieren saberlo todo, otros esperan a que sean los padres quienes tomen la iniciativa. En el segundo caso hay que motivarles para que pregunten
- La forma de participar de los pequeños en el proceso de duelo dependerá de su idade y su carácter, pero también de la libertad que les dejen los adultos para expresarse
- Es importante escucharles y darles la posibilidad de expresar su dolor, ya que será el único modo en que conseguirán elaborar psicológicamente la muerte de la persona querida
- Se debe compartir la tristeza entre todos; son momentos difíciles y aunque los mayores intenten mostrarse alegres, ellos detectan su aflicción. También es positivo que no vean a los adultos como invulnerables y como si esa pérdida no les afectase nada

