
CÓMO HABLAR A LOS NIÑOS SOBRE LA MUERTE

Lic. Patricia Nieto

Especialista en Recuperación Terapéutica del Duelo

La muerte es una experiencia que nos viene intrínseca con la vida y es una certeza sin lugar a dudas.

La realidad de la muerte comienza exactamente a la misma vez que se hace realidad la vida y esto que tanto nos cuesta a los adultos es lo que trasladamos a la educación de los niños.

Por esto aconsejo no esperar a que una muerte cercana al niño suceda para hablarle de ella sino integrar el concepto con naturalidad como parte de la vida.

Sé que es un tema tabú sobre todo porque se lo toma desde el lado de lo fatal, oscuro y a veces terrible por la forma y momento en que sucede, pero la muerte en sí misma es lo que nos debe recordar cada día lo valiosa y significativa que debe ser nuestra vida HOY.

Desde mi experiencia veo de forma saludable que la muerte sea considerada como una meta inevitable, ya que eso obliga a elegir el camino de la vida que llevemos, la forma de avanzar, el sentido que le daremos a lo que hacemos, a nuestra vida y la intensidad.

Respecto de los niños entonces, comencemos por integrar la realidad de la muerte en lo cotidiano usando situaciones sencillas como ser que las plantas mueren, u otras como las mascotas, sin esperar a que ocurra un suceso muy cercano y doloroso.

Lo que se le hable a los niños, como todo proceso educativo y de formación, debe tener un contenido de verdad absoluta. Es decir, que lo que se le diga de acuerdo a su edad tiene que ser VERDAD.

Un concepto que he creado para ejemplificar mi forma de pensar al respecto es que a los niños hay que brindarles piezas para que de adultos formen su propio puzzle sobre cada tema de la vida, en eso se basa la educación.

La información de la muerte según la edad, la iremos dando a través de breves conceptos (piezas) que luego encastran en su verdad sobre el tema.

CÓMO HABLAR A LOS NIÑOS SOBRE LA MUERTE

Lic. Patricia Nieto
Especialista en Recuperación Terapéutica del Duelo

Por ejemplo: es mejor decir que cuando alguien muere: “murió y no lo vamos a ver más, pero que sin embargo va a estar siempre en nuestro recuerdo”. Lo importante a resaltar es que no regresará.

No deberían usar términos como “se fue de viaje”, “voló”, “partió”, “está dormido”. etc., porque sabemos que esa pieza no va a encajar luego en su mundo adulto y hará más confuso el encuentro con la verdad.

Adaptaremos la explicación a la edad del niño, a partir de los 10 años entienden perfectamente el alcance de la muerte.

Antes de esa edad puede explicárseles la muerte como la ausencia total de funciones vitales: en la persona que murió el corazón no late más, no siente, no respira, no come, no duerme.

Es bueno que los adultos demuestren las emociones con naturalidad para que ellos también lo hagan y gestionen sus emociones en vez de distraerlos. Que sepan que está bien sentir tristeza.

Es saludable, para el proceso que deberán hacer después, no dejarlos afuera de los rituales de despedida.

Seguramente el niño tendrá temor de perder a sus padres o a sus cuidadores, pueden tranquilizarlos diciéndoles que si bien creen que no morirán pronto, no lo pueden asegurar y que en ese caso habrá siempre gente que se hará cargo, abuelos, tíos, amigos.