

La infancia también sufre su duelo



Víctor M. Ballesteros García, C.Ss.R.

En este tiempo de vuelta al cole, es recomendable prestar atención a lo que pasa con los niños en situaciones de duelo. El dolor por soltar o dejar atrás, y no digamos, por la muerte de un familiar cercano, afecta muy profundamente la vida de los pequeños. El sufrimiento que viven se manifestará en signos externos, preguntas o lágrimas que no podrán explicar, pero son señales de un desgarramiento interior. Saber acompañar este duelo supone enseñar a vivir. Ignorar, quitar importancia o engañar no ayudarán al niño a superar sanamente su tristeza.



El balancín, Francisco de Goya y Lucientes.

Los niños y niñas dibujan su tristeza

Los niños perciben la pérdida y esto les causa emociones, miedos y reacciones nuevas. En muchos casos, los adultos afrontamos una verdad ineludible: no tenemos respuesta a todo. Nos sentimos tantas veces frustrados, limitados e impotentes. ¡¡Cuántas veces no sabemos qué decir ni hacer ante el dolor de un niño por la muerte de un ser querido!! Sin embargo, el duelo de los niños y adolescentes es una oportunidad magnífica a la hora de educar para la vida. No será fácil, pero merece la pena intentarlo.

El niño observa, elabora y sufre las situaciones de pérdida, pero tantas veces no se le reconoce. Al niño se le trata de excluir, ocultar y apartar de esas situaciones que provocan sufrimiento. Nuestra

intención es evitarle el sufrimiento, sin darnos cuenta, que, si lo evitamos, el niño seguirá sufriendo, pero en soledad, que es mucho peor. Por eso, el camino será siempre escuchar, dedicarle tiempo y dejar que nos haga preguntas. En este período de la infancia, el medio de expresión favorito será el dibujo. Nada es anecdótico en su representación. Todo nos dará mucha información sobre cómo está viviendo su duelo. Nos adaptaremos a su lenguaje, y siempre como muchísimo cariño y respeto, sin juicios ni reproches, compartiremos un aprendizaje que nunca olvidaremos, ni el niño ni el adulto.

Las preguntas de los pequeños nos causan mucho miedo. Es importante que encuentre en sus padres y educadores autenticidad, tanto para reconocer



Niños peleándose y jugando con un balancín, Francisco de Goya y Lucientes.

que ante la muerte nos faltan palabras como para no esconder tampoco los sentimientos de tristeza y dolor. Esto forma parte de un estilo educativo dentro de la familia y de la escuela, que intenta afrontar las situaciones dolorosas desde la comunicación, la corresponsabilidad y los vínculos de amor incondicional.

En cada edad hay un dolor diferente

En los primeros años de la vida se producen cambios evolutivos que van condicionando la percepción y el pensamiento sobre la muerte. En general, el pensamiento infantil está lleno de fantasía. Y es posible que si nadie le explica lo que está sucediendo empiece a fantasear sobre la muerte, provocándole miedos, pesadillas, terrores nocturnos o alteraciones de la conducta. Del mismo modo, los niños suelen ser “animistas”, es decir, dan vida a todo, de ahí que les cueste asimilar que la muerte es algo irreversible. Hasta los siete años atribuyen a los muertos las propiedades de los vivos, creyendo que los muertos les oyen, pueden ir a comer con ellos, les hablan... Consuelo Santamaría en “El duelo y los niños” (Sal Terrae, 2019) habla de cómo un niño con cinco años decía: “mi papá está muerto, pero no entiendo por qué no viene a cenar cada día.”

Otra necesidad básica del niño es de seguridad. El primer sentimiento asociado al duelo es la necesidad de protección. Esto exigirá a los adultos, en la familia y en la escuela, el afecto y la cercanía necesaria para ofrecerle seguridad emocional, que no es lo mismo que sobreprotección.

Hemos de tener claras las tres certezas que es bueno compartir con los niños, siempre con tacto y gradualidad:

- 1.- La muerte es irreversible, concluyente y permanente.
- 2.- La muerte se identifica con la desaparición de las funciones vitales.
- 3.- La muerte es universal, ya que todos debemos morir.

Porque la vida no es un cuento, narrar ayuda a vivir

Recurrir a historias asociadas a pérdidas suele ser un buen recurso para que el niño integre la muerte dentro de su mundo infantil. Los objetivos han de ser, en todo caso, ayudar al niño a comprender y aceptar la realidad de la pérdida, a identificar y expresar sus sentimientos y a que aprenda a vivir sin la persona querida.

En la literatura infantil hay un buen número de cuentos para tratar este tema. Recomiendo “Abuela de arriba, abuela de abajo”, SM, Madrid 1994.

En el cine hay dos buenas películas para enfocar el duelo con los niños. Una que me encantó es la película francesa “Oscar et la Dame Rose” (2009), traducida al castellano como “Cartas a Dios”, y la otra más conocida de “Un monstruo viene a verme” (2017) basada en la novela homónima de Patrick Ness.