

## El duelo en niños/as

**Autor:** Lozano Serrano, María Llanos (Graduada en Educación Social. Graduada en Pedagogía, Profesora de Formación Profesional).  
**Público:** Orientación. Infantil y Primaria. **Materia:** Orientación. **Idioma:** Español.

**Título:** El duelo en niños/as.

### Resumen

Como docentes, muchas veces nos encontramos en situaciones que no sabemos bien como afrontar, en este caso en la pérdida de un familiar muy cercano de nuestro alumnado, como puede ser de una madre o de un padre. Siempre evitamos hablar del tema de la muerte, lo consideramos tabú, pero lo deberíamos hablar como una etapa de la vida, tan natural como nacer, aunque en el seno familiar y/o escolar no hablamos de ello, los niños/as desde muy pequeños tienen presente la palabra muerte, ya que lo ve en animalitos, en los dibujos..., aunque no con un significado real.

**Palabras clave:** Duelo.

**Title:** Duel in children.

### Abstract

As teachers, we find ourselves in situations that we do not know well how to deal with, in this case in the loss of a close relative of our students, such as a mother or father. We avoid talking about the subject of death, we consider it a taboo, but what we should talk about as a stage of life, as natural as being born, although in the family and / or the school we do not talk about it, children from very young have the word death in mind, in animals, tv... but not with a real meaning.

**Keywords:** Duel.

Recibido 2018-03-19; Aceptado 2018-03-21; Publicado 2018-04-25; Código PD: 094099

Como docentes, muchas veces nos vemos en situaciones donde uno de nuestros alumnos/as ha perdido un familiar y no sabemos muy bien como poder afrontar esta pérdida. En este artículo se exponen algunos recursos que pueden ser útiles.

La vida y la muerte son cosas naturales que nos sucede al ser humano, y como cosas naturales que son debemos de afrontarlas como tal, sin ocultar y sin querer ver lo que ocurrirá tanto a nosotros mismos como a los seres más queridos.

Para nuestra sociedad, es un tabú hablar de muerte a los niños/as, mientras que los están viendo continuamente en televisión o en la realidad, ellos conocen el término de la muerte antes de que nosotros lo sepamos, ya que lo escuchan desde muy pequeños. En la vida estamos continuamente viendo muertes, ya puedan ser de personas como de animales, un niño/a

ve insectos muertos, como liebres que están atropelladas en las carreteras, en las carnicerías hay gran parte de animales totalmente identificables y el niño/a perfectamente se da cuenta de ello, también, a través del cine, televisión y cuentos mueren sus personajes principales, sus personajes preferidos, y en ocasiones fallece un ser cercano y querido para ellos. Entonces, es aquí donde surgen inquietudes y dudas, ya que nadie les habla de ello, nadie les ha explicado nada, y es lo que vivimos con miedo, con temor a lo desconocido, que es mucho peor que la propia realidad. Quizás sea injusto que vivan en silencio y con mentiras este tipo de situaciones, porque a ellos se les aparecerá muchas preguntas que van a necesitar respuestas.

En la muerte de un ser querido, ya para los adultos es difícil encontrar respuestas a todas las preguntas que nos vienen encima, pues para un niño/a es una incertidumbre constante, porque nadie explica la verdad, y lo que se dice son cosas irreales que tampoco llegan a ningún fin, intentando proteger a los más pequeños. En la mayoría de las veces, intentamos evitar el tema e impedir que sufran, transmitiendo ideas equivocadas y temores, por lo que no ayudamos a que superen su propio duelo.

En los primeros años de vida, un niño/a, entiende la muerte como algo reversible, atemporal e impersonal. Esta visión está reforzada en parte por los dibujos animados que ven, sus personajes mueren a ser estrellados, aplastados o tiroteados, pero en un breve periodo de tiempo vuelven a la vida como si nada hubiera pasado, sin un simple rasguño. Conforme van madurando, sobre los 7 o 8 años es cuando comienzan a sospechar que la muerte es algo irreversible, que ya no vuelve como en los dibujos animados, y es ahí cuando se comienza con una verdadera angustia.

Para un niño/a, vivir una muerte muy cercana, como puede ser de un padre o una madre, le genera ira y sentimientos de culpa, en ocasiones se producen problemas de comportamiento, regresiones en su estado evolutivo ya hasta les puede aparecer pequeñas depresiones. En estas circunstancias lo que necesitan es que los adultos le ayuden a afrontar el tema, que le definan lo que siente, que les dejen llorar, y, sobre todo, que se les conteste a lo que pregunten de una manera racional y afrontando la realidad.

Una forma de afrontar dicha realidad, es a través de historias de fantasía para ayudarles para atender la pérdida de un ser amado. Un buen recurso para esto pueden ser los libros infantiles y los cuentos.

A continuación, redacto unos títulos que puedan abarcar estas situaciones. Son historias para superar el proceso de duelo en los niños/a, y también a muchos mayores.

### **RECOMENDACIONES DE LECTURAS PARA SUPERAR EL DUELO DE NUESTROS PEQUEÑOS:**

**<< No es fácil pequeña ardilla >> Autores: Elisa Ramón y Rosa Osuna. Kalandraka.**

Es una historia contada con inteligencia y elegancia, para que los niños/as perciban la muerte de un modo natural. Trata de como una pequeña ardilla vive su propio duelo, se siente tan triste que piensa que jamás volvería a ser feliz, siente ira, tristeza, frustración..ect.

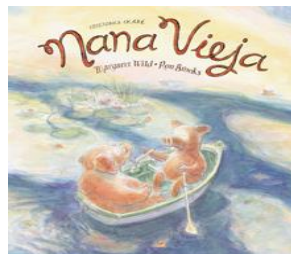
Con esta historia los niños/as puede que sientan desasosiego, pero conforme se vayan adentrando en su lectura irán comprendiendo cómo la pequeña ardilla es capaz de superar su particular duelo.



**<< Nana vieja >>. Margaret Wild y Ron Brooks. Ediciones Ekaré.**

La historia trata de Nana vieja y su nieta, ellas habían vivido juntas muchísimo tiempo, habían compartido infinidad de cosas a lo largo de la vida, pero, una mañana Nana vieja esta tan enferma que no pudo levantarse a desayunar como lo hacía de costumbre. Enferma en cama, un día, haciendo un gran esfuerzo, realiza con su nita un largo paseo para poder ver las cosas maravillosas que tiene la vida, a modo de despedida.

Esta historia, ayuda al niño/a a reflexionar sobre la vida, de los momentos que compartimos con los demás, del día a día y de ser capaz, aunque duela mucho, de poder despedirse de sus seres queridos.



**<<El árbol de los recuerdos >> Britta Teckentrup. NubeOcho.**

Libro finalista del premio del Gremio de Libreros de Madrid 2014. Cuenta el final de una vida larga y feliz de un zorro, cansado, decide ir en busca de su lugar preferido, en el bosque y así poder observar por última vez sus árboles y quedarse dormido para siempre. Cada animal que ha compartido la vida con el zorro se despiden de él y van forjando sus recuerdos.

Esta historia, felicita la vida y todos los recuerdos que permanecen en nosotros de ese ser querido que ha fallecido, y la importancia de mantenerlos y compartirlos para que esa persona no muera para siempre.



**<< Una casa para el abuelo>>. Grasa Toro e Isidro Ferrer. Libros del Zorro Rojo.**

La historia trata de una familia que sale de casa para buscar un lugar donde poder enterrar al abuelo, encuentran un campo de girasoles, donde lo ven como un lugar perfecto, donde construirán una casa donde todos los recuerdos continuarán viviendo.

Los personajes son afables para presentar el ciclo de la vida, donde el pasado se convierte en motor para el futuro. Los recuerdos y con ello los seres queridos permanecen en nuestras vidas, nos permitirá ver la muerte desde otro punto de vista.



**<< La balada del Rey y la muerte'. Koos Meinderts, Harrie Jekkers y Piet Grobler. AH Pípala**

Trata de un rey muy poderosos que quiere comprender el por qué se mueren las personas. Le parece extraño que con los avances que tenemos no se haya encontrado remedio e incita a sus sabios a de hacerse de ella, ya que él no quiere morir. Al final la capturan, pero se dan cuenta que la vida eterna no parece ser tan buena y divertida.

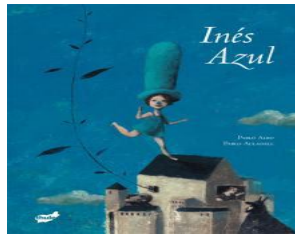
Se aborda el tema cara a cara, a los niños/a les permite verbalizar las cuestiones que les surgen, para seguir madurando y creciendo.



**<< Inés azul>> Pablo Albo y Pablo Auladell. Thule.**

Historia de Miguel, con él se pueden hacer muchas cosas. Pedir a los caracoles que no corran, que las hormigas caminen en fila india, que las piedras se estén quietas...ect. Pero de repente Miguel desaparece y ya no está, nos dicen que no lo volveremos a ver porque se quedó dormido para siempre.

La muerte siempre interrumpe, ¿cómo se va alguien con las cosas que quedan por hacer?. Por ello debemos de aprovechar cada minuto de vida que tengamos, tanto con nosotros mismos como con la gente que nos quiere.



**<< El pato y la muerte>>. Wolf Erlbruch. Barbara Fiore Editora.**

La muerte es silenciosa y leve como una pluma, siempre nos está acompañando. El pato desde hace tiempo notaba algo raro a su alrededor, decía: ¿Quién eres?, ¿Por qué me sigues tan cerca y sin hacer ruido?, la muerte se alegró de que por fin se hubiera dado cuenta, le dice que desde que nació ha estado cerca de él.

Este libro a través de la poesía de sus ilustraciones y de su historia, responde con sencillez y reflexión a las grandes preguntas.

