

LOS NIÑOS ANTE LAS PERDIDAS



LIC. MARTHA MUÑOZ VILLARREAL

LOS NIÑOS PEQUEÑOS ANTE LAS PÉRDIDAS

Martha Muñoz Villarreal

En mi trabajo como docente de Preescolar, gozo del privilegio de ayudar a moldear las conductas de los pequeños, y de verlos crecer en autonomía, socialización y sentido de pertenencia, entre otros aspectos que desarrollan dentro del salón de clases.

Pero también estoy consciente, de que en vano será mi esfuerzo, si un alumno transita por algún episodio de tristeza y soledad, derivado de una pérdida (ignorada incluso por sus padres), bajando su desempeño, alegría y autoestima naturales...

Por ello, mi interés de que los padres estén atentos y alertas ante cualquier cambio en el comportamiento de sus hijos en edad preescolar (que no es lo mismo que angustiarse innecesariamente, por alguna rabieta o cambio de ánimo del niño, por un simple cansancio o aburrimiento, por ejemplo), y lo comuniquen de manera oportuna a su docente, para poder apoyarlo de manera adecuada, a través de la escucha, la empatía y la generación de un vínculo de seguridad y confianza.

La inmadura estructura de los niños pequeños (a nivel neurológico), les impide reaccionar con una verdadera depresión, pero pueden tener aflicción, que tiende a ser breve porque su yo, para mantenerse, tiende a adoptar rápidos mecanismos de defensa como la negación, la sustitución y la represión.

En general, en los niños se han encontrado más mecanismos de negación y mantienen mejor la capacidad de gozar de situaciones agradables, sin embargo, la pérdida temprana hace el duelo más difícil y puede generar problemas en el desarrollo de la personalidad.

LOS NIÑOS MANIFIESTAN REACCIONES DESPUÉS DE UNA PÉRDIDA, LAS CUALES PUEDEN INCLUIR:

- Tristeza.
- Miedo a que otros seres queridos mueran, a quedarse solos o incluso a la propia muerte.
- Malestar físico sin una causa orgánica.
- Irritabilidad y mal humor.
- Sueños sobre la muerte, particularmente si presenciaron una muerte violenta.

La desaparición de los seres queridos lleva también a una separación que afecta a la identidad, pero de forma muy problemática, por vivirse, no como un movimiento activo del desarrollo, sino de forma pasiva, como abandono que puede causar cierta paralización, culpa, maduración precoz, etc.

Poder llorar la muerte de un ser querido adecuadamente y afrontar la pérdida antes de que se produzca, en el momento en que ocurre y sobre todo después, hace que los niños no puedan sentirse culpables, deprimidos, enojados o asustados.

“CUANDO SE LES AYUDA A CURARSE DEL DOLOR QUE PRODUCE LA HERIDA EMOCIONAL MÁS PROFUNDA DE TODAS, LA MUERTE DE UN SER QUERIDO, SE LES ESTÁ DOTANDO DE UNAS CAPACIDADES Y UNA COMPRENSIÓN IMPORTANTES, QUE LES SERVIRÁN PARA EL RESTO DE SUS VIDAS”.
(KROEN, 2002).

La desaparición real de un objeto externo muy significativo provocará importantes modificaciones en su mundo: porque es todavía muy dependiente de los objetos externos para mantener la coherencia de su mundo interno.

A los adultos les preocupa hablar sobre el tema de la muerte con sus hijos, muchos lo evitan y más si a quien hay que explicarle es un niño.

Pero si se les quiere realmente ayudar, lo mejor es hablar con ellos claramente, de acuerdo a su edad y el entorno que lo rodea. Así como de las creencias, experiencias, sentimientos y circunstancias de los adultos con los que convive.

La tristeza y el dolor de los niños no son menores por ser pequeños, es justo por ser niños que pueden ser superados con mayor facilidad, si es bien tratado el duelo, con apoyo de un especialista en Pérdidas (Tanatólogo).

Al hablar con ellos sobre la muerte, los adultos se podrán dar cuenta, cuanto saben y lo que desconocen, si tienen ideas equivocadas, temores o preocupaciones, y es aquí cuando es posible ayudarlos, brindándoles información, consuelo y comprensión.

Los niños toman conciencia de la muerte mucho antes de que nos demos cuenta. Ellos siempre están viendo pájaros muertos, insectos y animales en la calle, casi todos los días ven situaciones de muerte en la televisión o en los videojuegos, escuchan historias de los cuentos de hadas y lo exteriorizan en sus juegos.

Puede ser que los niños presenten algunas conductas o actitudes que nunca se habían tenido, esto es normal debido al proceso de duelo que están viviendo.

ESTAS ACTITUDES Y CONDUCTAS PUEDEN SER:

- 1.- Sentimientos de enojo, tristeza y negación.
- 2.- Levantarse por las noches o durante el día a buscar a su ser querido y al no encontrarlo ponerse a llorar.
- 3.- Sentirá inseguridad, por lo que no querrá separarse de papá, mamá, hermano o del familiar que le sobrevive.
- 4.- Se hará pipí por las noches o incluso durante el día.

- 5.- Se chupará el dedo o algún otro objeto.
- 6.- Podrá hacer travesuras y rabietas que usualmente no hacía.
- 7.- Tendrá miedo a la oscuridad.
- 8.- Puede presentar trastornos de la conducta en la casa y escuela.
- 9.- Trastornos alimenticios y del sueño.

Antes de los tres años, la muerte equivale a la separación, vivida como un abandono y representa una amenaza para la seguridad.

Entre los 3 y 5 años, los niños ven la muerte como un sueño o una larga jornada. No es considerada un estado permanente. Y habrá que explicárselos muchas veces.

En esta edad, se pone de manifiesto en los niños el llamado "Pensamiento Mágico".

Más que decir que están tristes o enojados, es posible que se porten de forma distinta a como lo hacen habitualmente (llorar mucho, tener pesadillas, pegar a sus compañeros de escuela). Todos son intentos de gritar lo que les ocurre.

Miremos el caso de una alumna de 2º año de Preescolar, de menos de 4 años, que manifiesta dentro del salón una dispersión continua.

La profesora conversa con la Madre de familia, que se muestra sorprendida, pues cree que su hija tiene un entorno familiar relativamente sano.

En dicha entrevista, la mamá comparte que la abuelita de la niña (que era quien la cuidaba desde que nació), había muerto en su segundo año de vida, por lo que hubo que llevar a la niña a una guardería.

No suficiente con eso, a los pocos meses, sus padres se separan y, junto con su madre (lógicamente afectada emocionalmente), abandona el hogar para trasladarse a casa de la abuela fallecida.

Pocos días después, nace su hermanito...

En este *cúmulo de pérdidas*, la niña se siente, lógicamente, angustiada y fuera de contexto, por lo que es muy explicable su conducta dentro del aula.

Es importante que les permitamos expresarse con lo que tienen a su alcance (crayolas, lápices, papel, sus juguetes).

Y que desahoguen su enojo golpeando un cojín u objeto blando.

NO SOBRA DECIR QUE LOS NIÑOS MENORES, IMITARÁN AL PADRE O A LA MADRE QUE ELLOS OBSERVAN TAMBIÉN TRISTE.

REFERENCIAS:

- ◆Gamo, E., Pazos, P. (2009), El duelo y las etapas de la vida. Asociación Española de Neuropsiquiatría. Vol. 29, Pp. 455- 469. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=265019649011>
- ◆Martino, R. (2007). El proceso de morir en el niño y en el adolescente. Hospital Infantil Universitario Niño Jesús, Vol. 10, pp.926-934. Recuperado de http://www.aeped.es/sites/default/files/pediatr_integral_2007_xi10926-934.pdf