



The Children's
Bereavement Center

Linking hearts, mending spirits and transforming lives.

Algunas Sugerencias en Como Hablarle a un Niño Acerca de la Muerte

Hable simple y honestamente

Diga la verdad usando palabras que el niño o la niña pueda entender

Use palabras concretas. La mayoría de los niños no entienden ideas abstractas. Evite el uso de metáforas como "Mami esta durmiendo" o "Perdimos a tu papa"

Muestre comprensión siendo paciente con preguntas repetidas varias veces

No asuma que los niños están demasiado chicos para entender la muerte

Capte las señales que manda su niño o niña. Hable acerca de la perdida, cada que el niño o la niña traiga el tema.

Responda lo que el niño o la niña pregunte. Deje que su niño o niña se hagan cargo de lo que están listos para escuchar

El niño o niña tal vez no quieran hablar de la muerte. Los niños pueden procesar hasta cierta información a la vez, y de lo que no entiendan se les puede hablar después

"No se" es una buena respuesta para la pregunta de un niño. Los niños necesitan y se merecen honestidad

Asegúrese que el niño o la niña sepan que ellos no son la causa de la muerte por tener pensamientos de enojo

Reafírmele al niño o niña que una muerte no predice otra.

Pare aliviar sentimientos de ansiedad o estrés después de la muerte, sea honesto con su niño o niña acerca de quien se hará cargo de el o ella si usted llega a morir

Déjele saber a su niño o niña que esta bien llorar. Llorar puede ayudarnos a ajustar el dolor que estamos sintiendo. No tenga miedo de mostrar lagrimas. Esto le da permiso de llorar al niño o niña

Explique claramente que la muerte es el final y la persona no regresara mas.

Recuerde que antes o después de la muerte, la rutina normal del hogar es perturbada. Trate de mantener alguna estructura, reglas, y limites para darle un sentido de protección al niño o la niña

Los niños son muy receptivos. Digales lo que usted siente y porque lo siente. Por ejemplo: "Estoy triste porque tu hermano o hermana han muerto."

Un niño o niña en duelo pueden establecer distancia entre miembros de la familia a través de enojo o silencio.

El niño o niña necesitaran constante reafirmación con abrazos, besos, amor, cariño.

Si usted no ha podido hablar de la muerte con su hijo o hija cuando el o ella ya esta listo, es recomendable crear una forma de que ellos puedan sacarlo. Tal vez permitiéndoles hablar con alguien más que pueda sentirse cómodos en contestar ciertas preguntas, como amigos, trabajadores sociales, ministros, otro niño en duelo, o un consejero de la escuela.

No tenga miedo en buscar ayuda profesional (trabajadores sociales, consejeros, o grupos de apoyo) si usted piensa que su hijo o hija no están afrontando bien las cosas.

©2008 The Children's Bereavement Center of South Texas. All rights reserved. No part of this material may be reproduced, distributed or sold without permission in writing from The Children's Bereavement Center of South Texas.