

Ayudar a los padres a guiar a sus hijos a través del proceso de dolor

El objetivo principal es brindarle esperanza a su hijo que está confundido, asustado y triste.

COSAS A TENER EN CUENTA:

- Su trabajo no es quitarle la tristeza al niño y hacer que todo sea “feliz otra vez”.
- El niño necesita la oportunidad de hablar, no solo hablar con él.
- Use lenguaje apropiado para su edad.
- No responda a más que las preguntas del niño. Responda exactamente lo que se le pregunta.
- Tenga en cuenta que los problemas de muerte NO son demasiado complicados para que los niños los entiendan.
- Trate de salir adelante de sus preguntas:
 - ¿Por qué le pasan cosas malas a la gente buena?
 - ¿Por qué Dios no es justo?
 - ¿Qué pasa ahora con mi hermana que murió?
 - ¿Es esto un castigo por las cosas malas que hacemos?

PROXIMIDAD

- Siéntese cara a cara con el niño.
- Siéntese lo suficientemente cerca como para darle un abrazo o un toque apropiado, si es necesario.

PUNTOS PARA DEJAR EN CLARO

- No hay forma de vivir sin lastimarse a veces, pero debemos seguir amando y haciendo cosas buenas.
- Puede parecer que nunca volveremos a sonreír o reír, pero con el tiempo, volveremos a encontrar nuestra alegría.
- No están pasando por esto solos.
- Deje que el niño sienta lo que siente. Los sentimientos no son correctos o incorrectos, simplemente lo son.
- Corrija cualquier pensamiento equivocado. Ejemplo: “Es mi culpa que mi hermana haya muerto”

RECUERDE

- Su presencia es más importante que tus palabras.
- Estar presente para un niño no hace que la tristeza desaparezca, pero puede hacerlo menos doloroso.
- Hay momentos en que las palabras son buenas, pero los abrazos son mejores.
- Si el niño dice que tiene miedo, no debe decir “no ten miedo”. En cambio, pregúntales de qué tienen miedo.
- Nunca obligue al niño a hablar, pero asegúrele que está listo cuando lo esté y se comunicará con él de vez en cuando para ver si quiere hablar con usted.



Dave Opalewski es presidente de Grief Recovery Inc., en Saginaw, Michigan, y se ha desempeñado como instructor certificado de muerte y muerte y prevención de suicidio para la Universidad Central de Michigan. También es un facilitador certificado de grupo de apoyo y especialista en trauma infantil, además de ser un veterano de 33 años de educación K-12. El Sr. Opalewski ha publicado varios libros y es un orador muy solicitado.