

Consejos para apoyar a los niños que están de duelo

Los niños frecuentemente sufren el duelo de manera diferente a los adultos. La muerte de un ser querido es a menudo para un niño su primera experiencia con la muerte. Esperamos que encuentren útil el contenido de este documento, ahora que están apoyando a sus hijos durante su duelo.

1

No hay un tiempo determinado para el duelo. Incluso niños de una misma familia pueden estar de duelo de manera diferente y durante cantidades de tiempo diferentes.

2

Asegure a los niños que siempre habrá alguien para ocuparse de ellos.

3

Los niños a menudo temen entristecer a otros si hablan sobre los difuntos. Hable abiertamente sobre la persona que murió y sobre cómo será siempre recordada.

4

Comprenda que los niños pueden experimentar olas de dolor y tristeza. Sea paciente porque los niños a menudo no saben cómo expresar o entender sus sentimientos.

5

Escuche sin interrumpir o intentar "arreglar" lo que están sintiendo. Los niños quieren estar seguros que han sido escuchados.

6

Siéntase tranquilo ya que los niños tienen una gran capacidad de adaptación y eventualmente establecerán una "nueva normalidad" sin la presencia física de la persona que murió.

CaringMatters, Inc.

518 South Frederick Ave., Gaithersburg, MD 20877
301-869-HOPE (4673) | www.CaringMatters.org

Esta hoja de consejos ofrece información educativa general, pero no debe sustituir la información y asesoramiento profesional. Por la presente se concede permiso para copiar y distribuir este documento a condición de que esta notificación se mantenga en todas las copias, que las copias no se alteren y que se acredite la propiedad a CaringMatters, Inc. y se la reconozca como fuente de: "Consejos para apoyar a los niños que están de duelo, en algunos días que son especiales y en los días festivos."*

Esta hoja fue financiada por un subsidio de New York Life Foundation. Fue realizada por CaringMatters, Inc., en colaboración con la City of Rockville, EveryMind, Family Services, Inc. y YMCA Youth and Family Services.