

Recurso: Duelos en la infancia

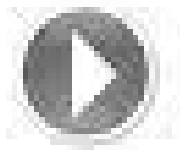


Este recurso esta pensado para que madres, padres, docentes y cuidadores puedan acompañar a las infancias en sus emociones en torno al duelo y la muerte de un ser querido.

Podes ver el cuento en Youtube

https://www.youtube.com/watch?v=__NmMOkND8g

Un cuento que ayuda a niños y niñas a identificar sus emociones.
Ideal de 0 a 4 años.



Podes ver el cuento en Youtube

<https://www.youtube.com/watch?v=AV3tU4fdlXI&t=14s>

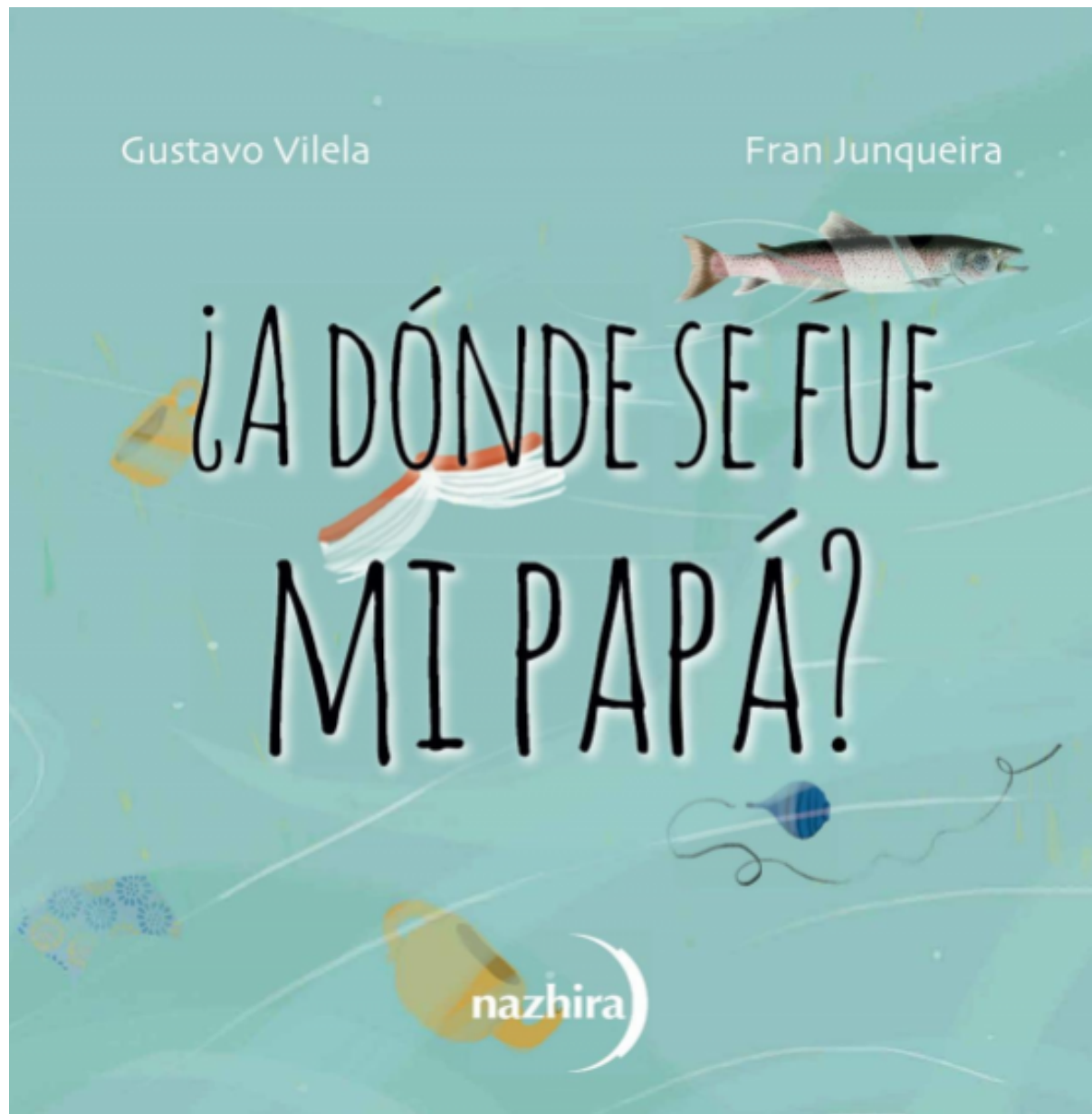
¿A dónde se van las personas cuando mueren? ¿Por que morimos? ¿Cómo los recordamos? Un libro que aborda el tema con poesía y ternura.



Podes ver el cuento en Youtube

<https://www.youtube.com/watch?v=hibPog523TU>

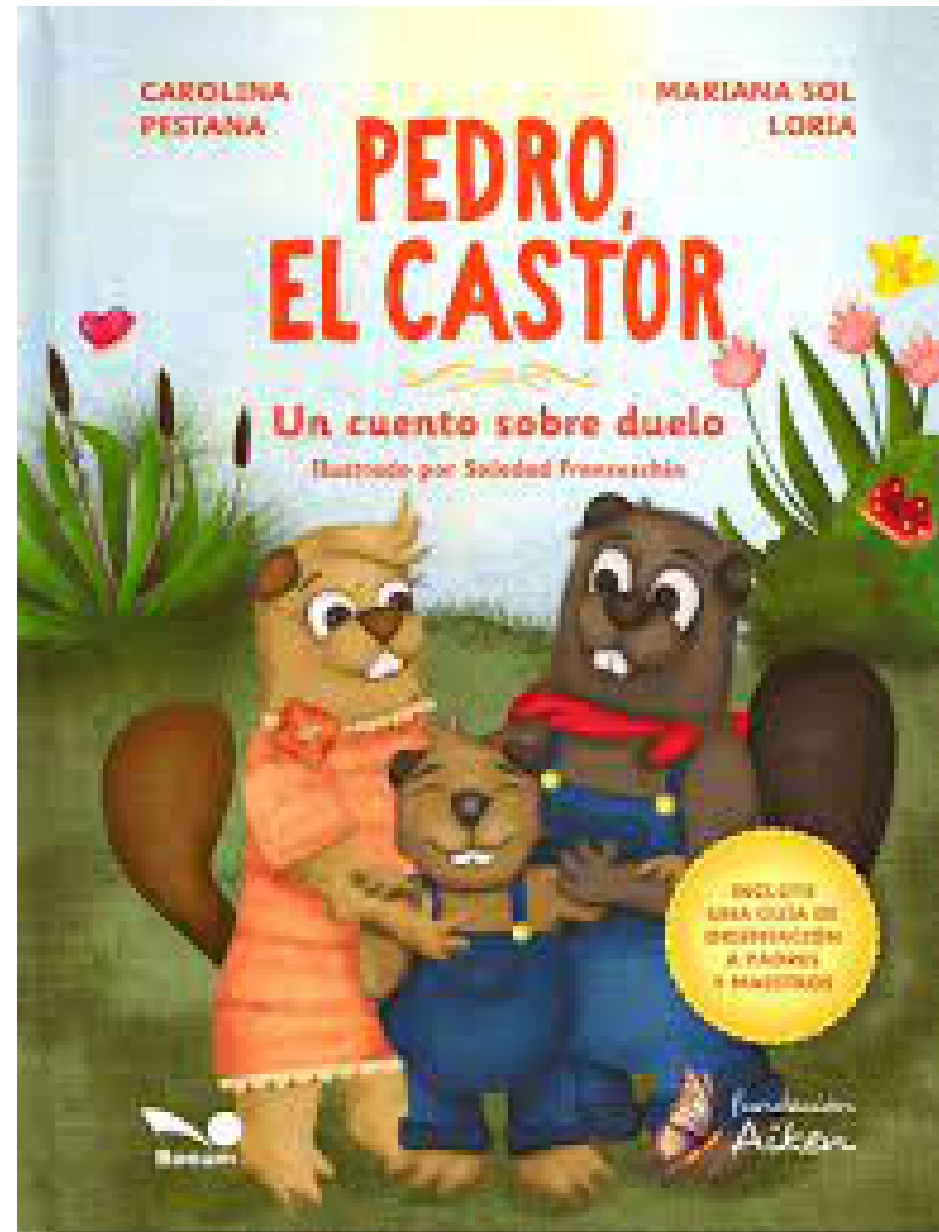
Un libro que aborda la muerte de papá, desde un lugar reconfortante.



Podes ver el cuento en Youtube

https://www.youtube.com/shorts/-N_3OczAqsk

Pedro es un castor que tiene una familia muy amorosa, pero su papá fallece de forma sorpresiva.

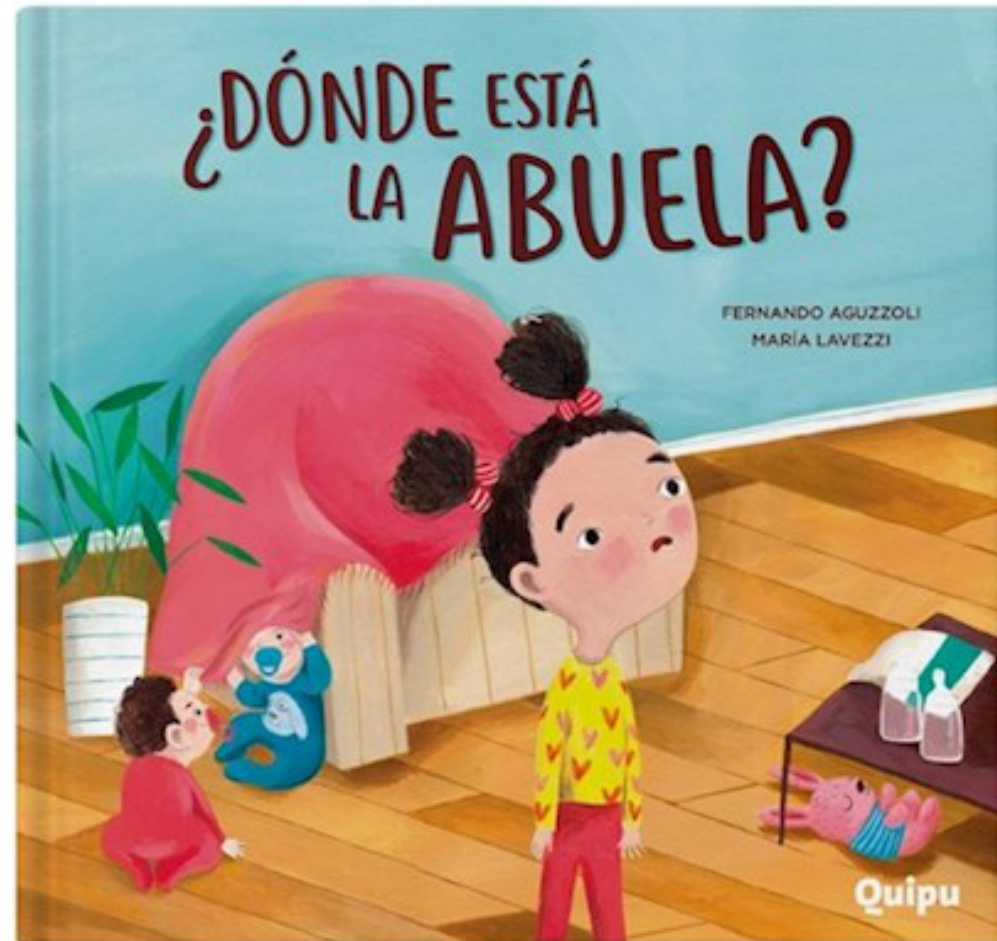


Podes ver el cuento en Youtube

La abuela no está.

¿A dónde se fue?

Estas son las hipótesis que se hace esta niña.



<https://www.youtube.com/watch?v=vH3sUCTLiS0>

Zomba es un cuento que aborda el fallecimiento de un par: una compañera de escuela. .



¿Qué pasa cuando se gestan múltiples y no de esos
bebés fallece?
Este libro aborda el duelo del hermanx que llegó a
este mundo.



Nuestro Arbol de Jacaranda
ED. EL ATENEO

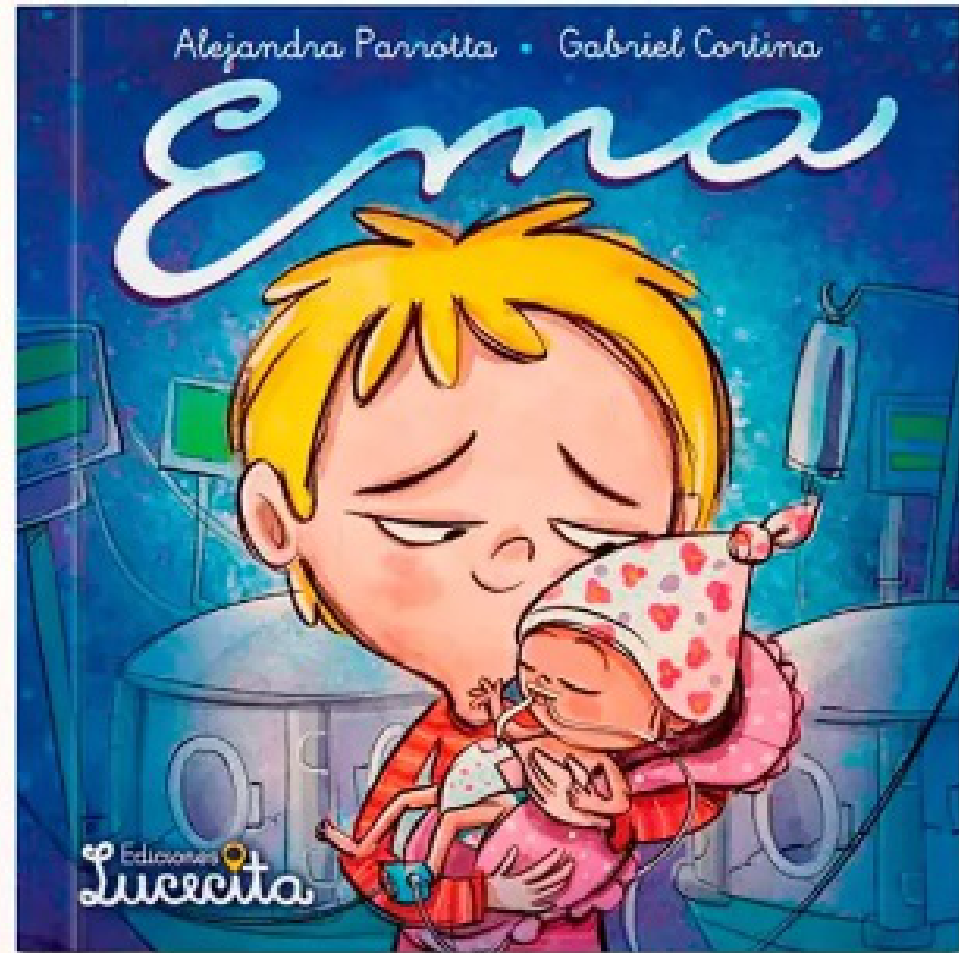
Autoras: Carolina Mora, Natalia Liguori.

Un cuento que aborda la muerte gestacional.

MI hermanito esta creciendo en la panza de mamá,
pero despúes de una ecografía me cuentan que dejo
de crecer y fallecio.



Emma nació, pero luego de un tiempo en neonatología, falleció.
Su hermanito vive el proceso de duelo.



Podes escuchar el cuento aca

https://www.youtube.com/watch?v=92qFd_wA3hY&t=16s

Un grupo de amigos esta jugando en el parque y encuentra un pájaro muerto. Entonces, deciden hacerle un bello y sentido ritual de despedida. Es un libro que aporta mucho en relación al cese de las funciones vitales.

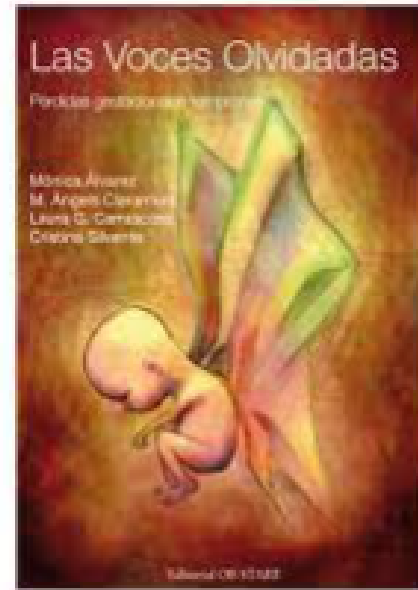


Hay muchas emociones, algunas más complejas de lo que imaginamos!

Ideal de 5 en adelante.



LIBROS PARA PERSONAS ADULTAS QUE ABORDAN EL DUELO



Algunas recomendaciones generales

Cuando ocurre la muerte de un familiar o alguna persona importante, perciben que algo está sucediendo por más que ocultemos las lágrimas, aún siendo muy pequeños. . Perciben la tensión, el clima de tristeza, la angustia y el no tener explicación puede llegar a generar las fantasías más variadas para explicarse lo ocurrido. Incluso pueden pensar que hicieron algo incorrecto o malo, generándoles culpa o miedo.

- Es importante: Escuchar las preguntas del niño o niña. Responder con lenguaje acorde a su edad pero con la verdad.
- Utilizar palabras sencillas y dar detalles a medida que los pida. Ofrecer la posibilidad de formular preguntas..
- Permitir la libre expresión de sus emociones. Muchas veces será a través de dibujos o juegos. Incluso varios meses después seguirán apareciendo expresiones como mecanismos de elaboración y recuerdo. .
- Ofrecer la posibilidad de despedirse del ser querido de acuerdo al ritual de cada familia.
- Si hay velatorio o entierro se puede anticipar como será para que, si la familia está de acuerdo, decidan si quieren participar.
- También se puede ofrecer que le escriban una carta o hagan un dibujo para que los adultos lo lleven. Evitar obligarlos a asistir o a ver el cuerpo.

.

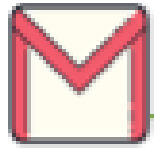
- Evitar frases inespecíficas como "se fue", "ya no está", que puedan dar una idea errónea e inseguridad de si volverá algún día.
- Cuando decimos «esta en un lugar mejor» damos la idea de que los abandonaron por ir a otro lugar o de querer también irse ellos a ese lugar mejor.
- «Esta en el cielo o en las nubes» puede darles miedo de que se caigan.

Tu hijo, tu hija mayor tiene derecho a saber qué sucedió...

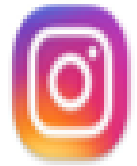
A qué se le ponga palabras al dolor que seguramente observa y percibe.

**Aún cuando no le hayamos comunicado la noticia del embarazo, sabrá que algo está
sucediendo, que se está duelando.**

Merece ser parte del proceso de duelo familiar



lic.carolinamora@gmail.com



@carolinamora.psicologa



@carolinamorapsicologia



carolinamorapsicologa.com

