

Estos son nuestros mejores consejos sobre cómo apoyar a los niños al planificar un funeral o servicio conmemorativo.



Explique a los niños que **los funerales ayudan a decir adiós** e invítelos a ser parte de la planificación.



Personalice el funeral de una manera que sienta que honra la singularidad de su ser querido.



Reclute a **un amigo cercano o familiar para que lo ayude** con los detalles del funeral y lo acompañe en las reuniones.



Ayude a su hijo a decidir **si desea ver el cuerpo** de su ser querido. Explique lo que verán.



Prepare a su hijo si el cuerpo de su ser querido será enterrado o incinerado, y **explíquele si verá un ataúd o una urna**.



Durante el funeral, **asigne a un amigo o familiar a cada niño** para asegurarse de que tengan a alguien en sintonía con sus necesidades.



Prepare a su hijo para lo que experimentará en el funeral.



Pídele a alguien que te acompañe durante el día para que te ayude a recordar de comer, beber y tomar descansos.



Jessica's House ofrece grupos gratuitos de apoyo entre pares a niños, adolescentes, adultos jóvenes y sus cuidadores adultos que estén atravesando un duelo por una muerte. En cada grupo se combinan prácticas terapéuticas con juegos y expresión creativa para fomentar la sanación y la esperanza para el futuro.

Para obtener más apoyo y recursos:

jessicashouse.org
info@jessicashouse.org
o llame al **(209) 250-5395**

Autoras



Erin Nelson, ACTP
Directora ejecutiva



Colleen Montague, LMFT
Directora de alcance y educación

Horas de Oficina

Lunes – Viernes
8 am to 4 pm

1225 W. Christoffersen Pkwy
Turlock, CA 95382

Síguenos    



Cómo brindar apoyo a un niño en un funeral



Grief Support for Children, Teens,
Young Adults and Their Families

Cuando un ser querido muere, el último acto de aprecio hacia esa persona es la planificación de su funeral.

Incluir a sus hijos en el proceso puede permitir que cada integrante de la familia contribuya a la ceremonia de la manera que le sea más significativa.



Planificación del funeral

Explíqueles a los niños que los funerales ayudan a decir adiós. Es posible que su hijo quiera participar en la selección de la música, las flores, el panegírico o las comidas para honrar al ser querido. Algunos niños desean escribir una carta a la persona que falleció y leerla ante los asistentes. Otros prefieren dejar un dibujo o un recuerdo en el féretro durante la ceremonia.

Personalice el funeral de modo que sienta que honra la singularidad de la persona que falleció. Para ello, piense en su personalidad, sus logros o sus intereses. Designe a un amigo cercano o a un integrante de la familia para que colabore con la organización de los detalles del funeral y se reúna con usted en la funeraria o en el cementerio.

Visita de condolencias

Ayude a su hijo a decidir si quiere ver el cuerpo del ser querido. Cuénteles cómo se verá el féretro y qué ropa tendrá puesta. Recuérdeles que el cuerpo de la persona ya no funciona y que se verá y sentirá diferente. Como su corazón ya no late, su piel se verá pálida y se sentirá fría. Invítelo a hacer preguntas y responda hasta donde usted sepa.

Servicios de conmemoración

Explíquele a su hijo si el cuerpo de quien falleció será enterrado o incinerado, y si verá un féretro o una urna. Mientras algunas personas prefieren el entierro porque les da un lugar para visitar más tarde, otras eligen la incineración para llevar los restos de la persona a casa o esparcirlos en un lugar significativo.

Un servicio de conmemoración puede llevarse a cabo junto a la sepultura, en un mausoleo o en el lugar en el que se desea enterrar el cuerpo o esparcir las cenizas. Esta ceremonia es un momento para que familiares y amistades se reúnan y guarden luto. Los servicios de conmemoración le permiten recordar a su ser querido junto con otras personas que lo apreciaban y que le brindarán apoyo en su sanación. Una práctica útil para terminar el servicio fúnebre o el esparcimiento de las cenizas es que cada asistente diga una palabra que describa a la persona que falleció.

Elección de la lápida

Si decide enterrar a su ser querido, el cementerio le ofrecerá distintas lápidas para elegir. Mientras algunas personas deciden de inmediato, otras necesitan más tiempo y preferirán posponer la decisión. Dibujar lápidas en familia, con palabras o frases que describan a la persona que falleció, puede ayudarle a decidir qué incluir en la lápida.

El día del funeral

Durante el funeral, designe una persona a cada niño de la familia para asegurarse de que tengan a alguien que cuide de ellos. Explíquele a su hijo qué pasará en el funeral. Es posible que escuche personas llorando o riendo. Pídale a la funeraria o iglesia que reserve una habitación para que su hijo tome un descanso si lo necesita. Si hay una reunión luego del funeral, designe un área para que los niños escriban o dibujen recuerdos, coman un bocadillo o jueguen. En este momento, su presencia y consuelo son muy importantes para su hijo. Preste atención a los indicadores de estrés y a los momentos en que necesite pasar tiempo con usted. Cuando los niños se estresan, tener a sus cuidadores cerca les ayuda a regular sus emociones.

Cúidese

Un funeral puede ser agotador para sus ya limitados recursos. Pídale a alguien que lo acompañe durante el día para recordarle que debe comer, beber y tomar descansos.

Encuentre apoyo

El apoyo de la familia y las amistades puede afectar de manera positiva su proceso de duelo y el del niño. A veces, se necesitan recursos adicionales. Los grupos de apoyo de pares, como los que se ofrecen en Jessica's House, son una forma de rodearse de personas que estén atravesando una pérdida similar.

