

DESPEDIDA EN EL DUELO DE UN ABORTO

Esta fase se realiza en caso de que estemos trabajando la pérdida de algún feto anterior. A este pequeño/a no nacido se le ha de dar un nombre si es que aún no lo tiene y se le enumera como un hermano más.

Lo más recomendable es procesar los duelos de abortos antes de quedarse embarazada. Pero si no se ha hecho y crees que le va a beneficiar puedes realizarlo estando embarazada.

La fase del duelo únicamente la realizaremos si la paciente desea hacerlo.

Cuando la perturbación es menor de **3**, preguntamos a la paciente si desea despedirse de su bebé, si desea acunarlo, mimarlo, decirle algo. Si no desea hacerlo continuamos activando hemisferios y utilizando complementarias. Si desea despedirse:

- Hazlo cuando ha **superado el duelo** (o estamos en puntuación de 3 o menor) y ha encontrado recursos.

- Hazlo solo si te dice que desea hacerlo (solo si te dice que si. No todo el mundo lo necesita o quiere hacer).

- Pídele que cierre sus ojos.

- Le vas guiando, con voz hipnótica, y tras varias respiraciones le guías para que baje unos 5 escalones a la vez que respira, cada vez que saca aire, le pides que baje un escalón.

-al llegar al último, le dices:

-Tienes ante ti una puerta..... esta puerta da a una sala muy bonita, una sala de reuniones, entra en ella y pide hablar con.... Tu bebé que no llegó a nacer. (decir el nombre que se le ha dado)

Cuando la veas, puedes acercarte donde está....

- Puedes cogerle en brazos, abrazarle, besarle, acunarlo, lo que necesites.

Al principio le vas guiando y ayudándole:

- Dile lo bonito que ha sido el tiempo que habéis estado juntas.

- Lo importante que ha sido para ti.

- Que te hubiera gustado que se quedase más tiempo, poderle abrazar, cuidar, criar, pero no ha podido ser.

- Dile que fue muy bonito tenerle junto a ti y su papá. Que sentiste mucho que no pudiera nacer.

- Que le hubieras acunado así...

- Le hubieras contado cuentos

- Le hubieras abrazado, besado etc...

Le dejas un rato por si desea decirle algo en silencio.

Luego ha de decirle a su pequeño/a, que ella (paciente) está bien, que entiende que esto ha de ser así y que ella ha de marchar ya. Siempre estarás en mi corazón.

- Dile: imagina una luz arriba a la derecha y deja que tu bebé (su nombre) vaya a la luz, eso es bueno para ella.

Cuando ya está puedes abrir tus ojos.