

LA IMPORTANCIA DE LA PÉRDIDA Y SU FUNCIÓN DENTRO DEL PROCESO DEL DUELO

Alejandra Martinez Contreras

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
MASTER EN DESARROLLO ORGANIZACIONAL, INESPO, MEXICO
MASTER EN PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN PSICOLOGICA EN CONTEXTOS EDUCATIVOS, UCM, ESPAÑA

Con el patrocinio de  CAIXA GALICIA

Si pudiera transformar las aflicciones de mis duelos ¿en qué estado renovador las convertiría?

Definitivamente los dolores de una ausencia pueden llegar a aniquilarnos, a dejarnos vacíos y con las sombras en la casa de los que ya no están. Esos sufrimientos nos impiden volver a experimentar sensaciones de bienestar o tranquilidad. Falta un camino por andar, es necesario afrontar las ausencias con un sentimiento que vitalice y le de un nuevo sentido a nuestra existencia.

OBJETIVOS

1. Entender el concepto de pérdida como una circunstancia de vida
2. Reconocer la diferencia entre Pérdida y Duelo
3. Conocer las etapas que caracterizan el Duelo y sus manifestaciones físicas, emocionales, sociales
4. Detallar técnicas de tratamiento para la superación del duelo
5. Será una actividad con un ambiente relajado, en la que se describirá detalladamente como funcionan nuestros mecanismos para enfrentar las realidades dolorosas. De qué manera trabajan nuestras estructuras de pensamiento y la comprensión errónea de la realidad.
6. Descubrir respuestas individuales en nuestros duelos para reencontrar el equilibrio emocional.
7. Combinaremos actividades teóricas y prácticas en las que se trabajará de forma individual y otras en pequeños grupos. El material que se utilizará es de fácil comprensión.
8. Intentar renovar los sentimientos de pérdida.

Días y horario

31 de marzo, 1 y 2 de abril de 2009 de 17 a 19 horas