



**Taller**  
**Pérdida y el Duelo**  
*Conciencia de Temporalidad*



# Taller

## Pérdida y el Duelo

### *Conciencia de Temporalidad*

---

Una experiencia para obtener una guía acerca de cómo podemos manejar con nuestros propios recursos interiores las pérdidas de la vida. Desde la muerte de un ser querido, una separación amorosa o divorcio y cualquier cambio importante que esté siendo complicado o difícil de sobrellevar para quien ha padecido la pérdida.

Nos basamos en toda la información y abordajes más actuales que nos proporciona la Tanatología, el Desarrollo Humano y La Psicología, para que tengas la guía más adecuada acerca de qué hacer en estas experiencias tan dolorosas y proporcionarte el acompañamiento más especializado y profesional para que puedas vivir, elaborar y resolver tu pérdida o tus pérdidas y logres darle a tu vida un sentido nuevo.

Aferrarnos a lo que ya no está, nos impide vivir y conectar con nuevas experiencias o personas.

Sentir, vivir y expresar el dolor durante el duelo, nos hace capaces de conservar la esperanza y entender que existen respuestas, aunque por el momento no logremos encontrarlas. Si necesitas acompañamiento en tu proceso de duelo, este taller es para ti.

#### **BENEFICIOS:**

Facilitar el proceso de duelo proporcionando apoyo, consuelo, orientación y dando seguimiento al análisis de las actitudes, identificando los sentimientos que cada uno experimenta para buscar su sana expresión y manifestación.

#### **TEMARIO:**

1. Todo en el universo es temporal
2. Tipos de pérdida
3. El Duelo, manifestaciones, etapas y tareas
4. Quién era y quién soy después de la pérdida???
5. Recursos internos y externos para hacer frente a la pérdida
6. Aprendiendo el lenguaje del Adiós