



Taller de Tanatología

Conciencia de Temporalidad



Taller de Tanatología

Conciencia de Temporalidad

Es posible trascender las pérdidas y la adversidad cuando las reconocemos como momentos inevitables de la vida y enfrentamos el duelo con valentía y amor.

- La muerte de un ser querido
- Una separación amorosa o divorcio
- Cambios o crisis difíciles de transitar

Es saludable vivirlos con una red de apoyo adecuado y en ocasiones con ayuda especializada; y nosotros podemos acompañarte en ese proceso.

Sentir, vivir y expresar el dolor de las pérdidas nos conecta con nuestro lado más humano y nos ayuda a seguir adelante sin lo perdido, pero con el corazón lleno de lo vivido y compartido.

Si necesitas acompañamiento en tu proceso de duelo, este taller es para ti.

OBJETIVO:

Facilitar a los participantes el proceso de duelo, proporcionando información, escucha activa y acompañamiento e identificando los sentimientos que cada uno experimenta para buscar su sana expresión y manifestación.

TEMARIO:

1. Todo en el universo es temporal
2. El dolor en tiempos de la AI
3. Tipos de pérdida
4. El Duelo, manifestaciones, etapas y tareas
5. Recursos y Herramientas para sobreponernos a la pérdida
6. ¿Quién era y quién soy después del dolor?
7. Aprendiendo el lenguaje del Adiós
8. Hoy es una nueva oportunidad