

Curso “El Duelo por las pérdidas en el ámbito laboral”.



Modalidad

Presencial

Duración

20h

Dirigido a

“¿y AHORA QUÉ..?”

CÓMO CONTINUAR VIVIENDO TRAS UNA PÉRDIDA

“Sabemos, pero a veces se nos olvida que sabemos, que nada es para siempre”

(De la película “Lugares Comunes” de Adolfo Aristarain)

Efectivamente, si a cualquiera de nosotros nos preguntan ¿Tu crees que vas a vivir para siempre? Contestaremos totalmente seguros: NO. Y si nos preguntan

¿Tu crees que tus seres queridos van a vivir para siempre? La respuesta, seguramente será ¡Pues claro que no! Si además, aquel que nos pregunta nos dice:

¿Y crees que todas las cosas que te rodean, trabajo, casa, amigos, etc van a estar siempre ahí, igual, sin que nada cambie? Empezaremos a pensar que está tonto y le contestaremos algo así: “Pues no, en la vida, todo cambia”

Pero a veces, se nos olvida.

Vivimos como si todo fuese a durar eternamente, como si pudiésemos controlar lo que va a ocurrir al día siguiente, al mes siguiente, al año siguiente.

Y de pronto, una pérdida inesperada hace que nuestros cimientos se tambaleen y aquel edificio tan sólido sobre el que habíamos construido nuestra vida se haya convertido en ruinas y nosotros, nos quedamos sentados entre los escombros sin saber como volver a levantarnos.

Cuando un albañil aprende su oficio, se le enseña como volver a levantar de nuevo una pared que se ha derruido. Casi siempre, puede aprovechar los mismos materiales que le sirvieron para levantarla la primera vez, aunque tenga que limpiarlos y desechar algunos que ya no sirvan. Tendrá que comprar algún material nuevo o pedir prestada alguna herramienta a algún amigo, familia o vecino. Y posiblemente necesite algún consejo de algún otro compañero de la construcción o del maestro de obra.

Cuando realice todo esto, la pared que haya levantado le habrá costado mucho más esfuerzo y le habrá llevado más tiempo que la primera, pero será mucho más sólida porque se habrá levantado sabiendo, por experiencia, que existe riesgo de que se caiga.



A nosotros, sin embargo, desde que nacemos se nos enseña a conseguir cosas. En la familia, en el colegio, en el trabajo.pero nadie nos enseña a perderlas. Nadie nos enseña qué hacer con esos pedazos. Como volver a construir algo sólido con los restos de lo que ha quedado. Y nos quedamos ahí, entre las ruinas, hasta que algo nos hace reaccionar.

Lo que se pretende en este curso es dar a todas estas personas que conviven diariamente con la pérdida o que han sufrido una pérdida reciente herramientas para poder vivir su duelo.

El curso va dirigido a los siguientes colectivos:

- Trabajadores formales (médicos, enfermeros y trabajadores del ámbito sanitario en general).
- Cuidadores.
- Trabajadores de Residencias, Centros asistenciales, etc.
- Voluntarios y familiares que conviven con las pérdidas (pérdida de la salud, de las capacidades físicas, a menudo del trabajo por la incapacidad que provoca la enfermedad etc).
- Personas con problemasde salud, enfermedades crónicas, oncológicas, degenerativas.
- Cualquier persona interesada en trabajar el Duelo por una pérdida.

Las acciones formativas se pueden organizar en 2 modalidades:

- **ABIERTA.** Impartido en nuestras propias instalaciones para particulares y aquellas empresas que desean formar a poco personal de forma puntual.
- **A MEDIDA.** Para empresas que disponen de un grupo de trabajadores a formar, pudiéndose impartir el curso tanto en nuestras instalaciones como en las instalaciones del cliente.



Las metodologías didácticas a utilizar son variadas y buscan, sobre todo, la participación activa de los alumnos, compartiendo experiencias, dudas, etc:

- Exposiciones teóricas.
- Rueda de recogida de información y experiencias entre los alumnos.
- Talleres prácticos.
- Dinámicas gestálticas.

Objetivos

Los objetivos a conseguir a través de esta formación son el desarrollo de las siguientes competencias:

- Acercar al profesional al contacto emocional con la persona que está en Duelo o viviendo una pérdida.
- Proporcionar herramientas para poder sostener el dolor del otro.
- Trabajar nuestras propias Pérdidas y Duelos.



Contenido

1. La Teoría del Apego.
2. Tener y Perder.
3. Las Pérdidas.
4. El Duelo.
5. ¿Por qué surgen dificultades al elaborar el Duelo?
6. Cosas que ayudan y cosas que no ayudan a alguien que ha sufrido una pérdida.
7. ¿Por qué es tan grande el dolor?
8. Preguntas que se suscitan cuando se pierde a una persona querida.
9. ¿Cuándo algo es normal y cuando puede ser un problema?
10. Objetivos del Duelo y Técnicas para conseguirlos.
11. Cómo acompañar el Duelo.



empresa prevenida vale por más.

SERVICIO DE PREVENCIÓN

cursos de for mas ción

SERVICIO DE PREVENCIÓN



www.spmas.es

Dpto. Formación MAS PREVENCIÓN. formacion@spmas.es