



Curso Intensivo:

DUELO Y — RESILIENCIA



Cuando hablamos de resiliencia y duelo, se reconoce como proceso clave la capacidad para reorientar la vida y convivir con la ausencia. Durante el desarrollo del proceso de duelo que acompaña a la pérdida, desde una perspectiva resiliente se demanda la capacidad de análisis y reflexión, sólo así habrá crecimiento y creación de nuevas fortalezas. La manera de describir el dolor, de identificar la tristeza y de cómo reconvertir la pena en un significado vital, dota a las personas de herramientas que ayudan a entender el sentido que puede tener la adversidad. En este curso podrás aprender a desarrollar las habilidades para un adecuado acompañamiento durante un proceso de duelo, a través de las diferentes recursos y estrategias resilientes que contamos en nuestro entorno.

Dirigido a:

Profesionistas, estudiantes y cualquier persona que desee conocer los diferentes conceptos para el manejo de duelo y estrategias de resiliencia.



Objetivos Específicos:



Identificar que es pérdida y los diferentes tipos de pérdidas, describiendo las diversas situaciones y factores que las pueden desencadenar, para realizar un mejor acompañamiento.



Conocer de manera clara que es el duelo, junto con sus características y así poder empatizar de manera natural en el acompañamiento.



Reconocer las emociones y función que tiene en cada caracterología para realizar un acompañamiento personalizado.



Identificar que es la resiliencia, su función y elementos que la componen para su intervención.



Perfil de egreso:

El participante que concluya este programa tendrá las habilidades para brindar un acompañamiento adecuado con personas que viven un duelo.

 **Inicio**
Miércoles 18
enero 2023

 Duración
04
sesiones

 **12**
Horas de valor
curricular

 Conexión vía
**Google
Meet**

- Miércoles 18 de diciembre
17:00 a 20:00 hrs
- Jueves 19 de diciembre
17:00 a 20:00 hrs
- Miércoles 25 de diciembre
17:00 a 20:00 hrs
- Jueves 26 de diciembre
17:00 a 20:00 hrs



Contenido temático:

01 Las pérdidas inevitables

- 1.1. Diferentes tipos de pérdida
 - 1.1.1. Pérdidas pequeñas
 - 1.1.2. Pérdidas inesperadas
 - 1.1.3. Las grandes pérdidas
 - 1.1.4. Muerte

02 El duelo y los sentimientos

- 2.1. El proceso de Duelo
 - 2.1.1. Duelo y Sufrimiento
 - 2.1.2. Duelo racional y duelo emocional
 - 2.1.3. Desmitificando el Duelo
 - 2.1.4. Estrategias de afrontamiento

03 Temperamento, carácter, personalidad e Inteligencia

- 3.1. Análisis caracterológico
 - 3.1.1. Las diferentes caracterologías
- 3.2. Inteligencia Emocional
 - 3.2.1. ¿Qué es inteligencia emocional?
 - 3.2.1. Emociones para que nos sirven
 - 3.2.1. Formas de reprimir o evadir emociones y sentimientos

04 Resiliencia

- 4.1. ¿Qué es y que no es resiliencia?
 - 4.1.1. Logoterapia y Resiliencia
 - 4.1.2. Estrategias resilientes ante la pérdida

Facilitadora:

Mtra. Rebeca Sánchez Morales

-  Maestra en Psicoterapia Humanista por Instituto Universitario Carl Rogers
-  Maestra en Tanatología por Instituto Mexicano de Psicooncología
-  Licenciada en Psicología
-  Docente en la Escuela Libre de Psicología
-  Psicoterapeuta individual, pareja y personas de la tercera edad.





El curso concluye el **día lunes 26** de enero de 2023.



Inicio del evento sujeto a cupo mínimo



Una vez efectuado tu depósito, CEFAPSIC NO REALIZA DEVOLUCIONES, solo se puede bonificar a otro curso en un periodo de **una semana**.

Contacto



56 1944 1406



www.cefapsic.edu.mx



(222) 621 1771



educación.continua@cefapsic.edu.mx

**¡OBTÉN MAYOR
INFORMACIÓN
SOBRE TU
CURSO!**