

V EDICIÓN DEL CURSO: CÓMO AFRONTAR LA PÉRDIDA. EL DUELO

Contenidos:

Breve aproximación al duelo.

Nos interesa saber: lo teórico.

Algunas definiciones

Etapas

Posibles tratamientos.

A trabajar: lo práctico

Negación

Te ha dejado y no sabes por qué (ejercicios de reflexión)

Me he cegado! (técnica miedo al rechazo).

¡Qué bien te mientes! (reflexión no he sabido o no he querido verlo)

Ira y rabia

¡¡Tienes que chillar!! (técnica suelta rabias)

¡¡Tienes que llorar!! (técnica suelta tristeza). Aprender a manejar la tristeza

Estoy llorando (técnica de autoconsuelo. Aprender a alejar su imagen).

Culpa

Impotente porque no lo he visto (técnica aprender a escucharte).

Libera la culpa. (Técnica del perdón)

Aceptación

¡No te machaques más! La responsabilidad es de los dos.
Reflexiones sobre el resultado.

Aprender a vivir

Profesorado:

D^a M^a Esther Varas Doval. Psicóloga colegiada M-21409. Consulta privada de Psicoterapia Introspectiva.

Duración: 12 horas.

Fechas y horario: Viernes 9 de enero de 2015, de 16.30 a 20.30 h. y sábado 10 de enero de 2015, de 10.00 a 14.00 h. y de 16.00 a 20.00 h.

Destinatarios:

Licenciados/as o graduados/as en Psicología o Medicina y estudiantes del último curso de estas disciplinas.

Inscripción:

Colegiados desempleados, colegiados jubilados, estudiantes asociados,
pertenecientes al Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid: 95 €

Colegiados/as del Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid y estudiantes: 105 €;
otros profesionales: 140 €.