

# *X JORNADAS SOBRE DUELO*



*EL MODELO  
HUMANIZAR  
DEL CENTRO DE  
ESCUCHA SAN CAMILO*

*Marisa Magaña Loarte*

**RESULTADOS**

**CONDUCTAS**

**ACTITUDES**

**NORMAS**

**VALORES**

**CREENCIAS**

Experiencias de Aprendizaje



ENTRANDO  
EN  
EL  
DUELO

YO  
ANTE  
MI  
DUELO

SINTIENDO  
MI  
DUELO

ORGANIZAR  
CAPACIDADES

RECORDAR  
Y  
SENTIR  
EL  
AFECTO

LOS  
OTROS  
MI  
DUELO  
Y  
YO

Y  
AHORA  
QUIEN  
SOY  
YO

**INDIVIDUALIDAD Y LEGITIMACIÓN**

**DAR SENTIDO AL SUFRIMIENTO**

**¿TRABAJAR PENSAMIENTOS?**

**¿ROMPER EL VÍNCULO?**

**DUELO PERDIDA Y GANANCIA**

# INDIVIDUALIDAD Y LEGITIMACIÓN

*VENGANZA*



*CULPA*

*HIPERACTIVIDAD*



*IRA*



*NEGACIÓN*

# INDIVIDUALIDAD Y LEGITIMACIÓN

*Necesidad de ser reconocido en mi única e individual vivencia de pérdida*



*Validando; se siente con derecho a sentir y hacer lo que hace y siente*

*“Me reconozco en un proceso adaptativo para  
afrentar lo ocurrido”*



**Da  
control**

**Libera  
culpa**



**INDIVIDUALIDAD Y LEGITIMACIÓN**

**DAR SENTIDO AL SUFRIMIENTO**

**¿TRABAJAR PENSAMIENTOS?**

**¿ROMPER EL VÍNCULO?**

**DUELO PERDIDA Y GANANCIA**

# DAR SENTIDO AL SUFRIMIENTO

*¿POR QUÉ TENGO QUE DEJARME SUFRIR?*

*¿POR QUÉ NO INTENTAR EVITARLO?*

# DAR SENTIDO AL SUFRIMIENTO

Vivencia de desgracia----necesidad-----  
desequilibrio=sufrimiento

Emociones y sentimientos

# DAR SENTIDO AL SUFRIMIENTO

## *Emociones en duelo*

*Ira: enfrentarse al miedo existencial de la muerte propia y de los que queremos*

*Ninguna persona es una isla;  
la muerte de cualquiera me afecta,  
porque me encuentro unido a toda la humanidad;  
por eso no preguntes por quién doblan las campanas;  
están doblando por ti.*

*John Donne*

# DAR SENTIDO AL SUFRIMIENTO

## *Emociones en duelo*

*Culpa: muerte evitable, reconciliación con los valores...*

*Tristeza: reflexión, búsqueda de consuelo...*

# DAR SENTIDO AL SUFRIMIENTO



*Buscar, crear y  
movilizar  
estrategias de  
enfrentamiento de  
la nueva  
situación...  
Ser resilientes*

# ¿TRABAJAR PENSAMIENTOS?

✓ *los pensamientos no producen cambios porque son manifestación y no origen.*

*LAS RESISTENCIAS A LOS CAMBIOS SON SOSTENIDAS POR LAS CREENCIAS Y LOS VALORES MORALES QUE HAN DADO CONSISTENCIA A LA PERSONALIDAD*

# *RESISTENCIA AL CAMBIO*



# ¿TRABAJAR PENSAMIENTOS?

*Es necesario hacer una revisión de creencias y valores en cuanto a los significados del duelo y el sufrimiento.*

**INDIVIDUALIDAD Y LEGITIMACIÓN**

**DAR SENTIDO AL SUFRIMIENTO**

**¿TRABAJAR PENSAMIENTOS?**

**¿ROMPER EL VÍNCULO?**

**DUELO PERDIDA Y GANANCIA**

# *¿ROMPER EL VÍNCULO?*

Ayudar al doliente a conectar con la  
sensación de presencia interior

*Tu ausencia ha servido para definirte;*

*Supe que habitabas en mi cuando interrogué tu  
ausencia.*

*El Barud*

# DUELO PÉRDIDA Y GANANCIA



*Cuando muere un ser querido, lloramos por nosotros mismos.*

*Pasamos por el duelo para aprender a consolarnos.*

