



Centro
San Camilo A.C.



II Congreso
sobre Duelo
Guadalajara
29 y 30 Septiembre 2017

Av. Pablo Casals 2983 / Col. Prados Providencia

Guadalajara, Jalisco. / Tel: 3640-4090

Email: secretaria@camilos.org.mx

www.camilos.org.mx

MODELO DE INTERVENCIÓN EN GRUPOS DE AYUDA EN DUELO CSC

VIVIR EL DUELO ACOMPAÑADO

II Congreso sobre Duelo Guadalajara, Jalisco
29 y 30 de Septiembre 2017

GRUPO DE AYUDA EN DUELO EN CSC

Inicio Octubre 2007

A la fecha llevamos 136 Grupos de ayuda

Religiosos Camilos en Madrid, base para el CSC Guadalajara

Presentación asistentes

3 grupos

Nombre, 3 características que lo distingan
Y una breve reseña de por que decidió tomar
este taller.

Avisos Generales.

- Participación
- Celular
- Baños
- Asistencia
- Respeto absoluto por el sentir y pensar de los demás.

- Al inscribirse en este taller de modelo de intervención en Grupos de Ayuda en Duelo, pensaron en la importancia de tener conocimientos de lo que implica facilitar un grupo en duelo.
- ¿cuántos de ustedes conocen lo que es el acompañar o facilitar un grupo de ayuda.
- ¿Quiénes de ustedes en ocasiones se sienten inseguros de facilitar un grupo de duelo?
- ¿Sabían que los grupos de duelo en CSC tienen 2 bases sobre los que se desarrollan?

OBJETIVOS DEL GRUPO DE AYUDA EN DUELO CSC

OBJETIVO GENERAL:

Acompañar, a las personas que han sufrido la muerte de un ser querido a través de dinámicas grupales para la elaboración de su proceso de duelo,(proceso de adaptación a una nueva forma de vivir sin el ser querido) ayudándoles a recuperar el equilibrio personal y social, así como la esperanza.



Herramientas para el manejo de emociones y poder integrar a su ser querido en el diario vivir.

Crear y mantener las bases para que los participantes se sientan libres para reconocer, aceptar y expresar sus emociones. Empatía e interés hacia los demás

Objetivos Específicos

Animar a la re-socialización de las personas del grupo y sugerir las estrategias más eficaces para ello

Ayudar al grupo a buscar alternativas en conductas, pensamientos, valores, para alcanzar la meta de la aceptación de la pérdida.

Animar el intercambio de experiencias y la exploración de estrategias que posibiliten la adaptación a la nueva situación



CARISMA SAN CAMILO

Amor incondicional

Poner más amor en las manos

Aplicar los principios de

Relación de ayuda

TEORIAS PSICOLOGICAS SOBRE EL DUELO

Elizabeth Kubler Ross

John Bowlby

4 tareas a realizar en el proceso de duelo

William Worden

QUE CONTIENE GAD

- ◆ Escucha Activa y relación de ayuda
- ◆ Desahogo emocional
- ◆ Compartir su experiencia de duelo en un lugar seguro.
- ◆ Contención en crisis durante sesiones
- ◆ Ejercicios de Relajación
- ◆ Información básica sobre el proceso de duelo
- ◆ Teoría y Ejercicios para el manejo de emociones y sentimientos
- ◆ Cuentos, metáforas, película y rituales de despedida.
- ◆ Herramientas para elaborar su duelo.
- ◆ Tareas a realizar en casa

Cómo se integra un GAD



Convocatoria, lugar adecuado
Material de trabajo

2 facilitadores capacitados
RDA y tanatología y 3
meses en centro escucha.

Servicio gratuito

Personas en duelo
por muerte de personas
Mayores de edad

Entrevista previa
Cumplir criterios de
admisión.

12 sesiones 1 vez por
semana
2 horas cada sesión

Grupos cerrados

No se aceptan familiares,
Amigos, conocidos o compañeros
De trabajo mismo grupo.

Perfil de los facilitadores.

- Preparación en el sector de relación de ayuda
- Preparación especializada en temas de duelo: Tanatología o Acompañamiento en duelo.
- Habilidades para el liderazgo (conocimiento de si mismo. Asertividad, capacidad para contener a un grupo, etc.)
- Madurez para aceptar sus limitaciones
- Reconocimiento y elaboración de sus propios duelos y capacidad de responder de manera serena ante las expresiones emocionales intensas de los otros.
- Espíritu de servicio, manifestado en actitudes de la acogida empática: respeto, ayuda atenta y compasión.
- Disponibilidad a la formación continua y a la supervisión.
- Disponibilidad para el trabajo en equipo y para aceptar retroalimentación.
- Fidelidad en los compromisos y en el respeto a la confidencialidad.
- Capacidad para precisar y delimitar su función.

ACTITUDES BÁSICAS

- 1. Autenticidad:** Coherencia interna (autoconocimiento) y externa (expresar lo que realmente cree, siente y piensa), veracidad en las relaciones.
- 2. Empatía:** Capacidad de percibir correctamente lo que experimenta otra persona y de comunicarle tal comprensión.
- 3. Aceptación Incondicional:** Ausencia de juicio moralizante, confianza en los recursos del otro, acogida incondicional de la persona y de su manera de manifestarse, cordialidad y calidez humana.

La escucha RdA

Es una de las “caricias positivas” mayormente apreciadas por la gente.

Cuando la persona se siente escuchada, se tiene la sensación de ser tomado en consideración y de valer a los ojos del otro.

La escucha auténtica no es fácil de actuarse, es una actitud de gran importancia y se logra saliendo de sí mismo y se reconoce y se afirma la realidad del otro que está enfrente.

Implica la capacidad de hacer un silencio en la propia morada Interior, hecha también de necesidades, deseos, emociones.

DIFICULTADES:

Materiales: espacio y lugar

Fisiológicas: estado de salud

Afectivas: Estados emocionales, sensibilización, motivación.

Intelectuales: estrés, preocupación

En el momento en que se quiere escuchar al otro que nos habla, nos sorprendemos escuchándonos a nosotros mismos.

Esto sucede más frecuentemente cuando la persona nos cuenta acontecimientos dramáticos, expresa sentimientos intensos e ideas diferentes a los nuestros.

INDICACIONES PARA UNA MEJOR ESCUCHA

- Escuchar las cosas importantes dichas por la persona acerca de sí mismo, verbalmente o corporalmente.
- Escuchar no sólo los contenidos, sino también las resonancias emocionales que éstas suscitan en la persona.
- Suspender todo juicio acerca de la persona y sobre cuanto nos comunica, evitando prejuicios y estereotipos.
- Resistir a las distracciones que nos vengan de afuera, tratando de reducir su fuerza en caso que sean demasiado intensas.
- Esperar antes de responder. Algunos segundos de pausa después de que la persona hable, permiten aclarar nuestra respuesta.

EJERCICIO DE ESCUCHA ACTIVA

20 mins.

REFORMULACIÓN BASICA

Poner el nexo causal entre el estado de ánimo y los hechos narrados por la persona.

Emociones _____ te sientes _____

Contenidos o hechos _____ porque _____

A Y B

A Entrevistado

B Entrevistador.

libro relación de ayuda, curso de relación de ayuda presencial o en Línea.

EJERCICIO

1. Juzgo las cosas que la persona me comunica como poco interesantes.
2. Critico el estilo o los gestos del que habla.
3. Me altero emocionalmente por algo que el interlocutor me dice.
4. Finjo prestarle atención.
5. Me distraigo fácilmente.
6. Hago una escucha selectiva.
7. Me turbo fácilmente por lo expresado con una carga emocional fuerte.
8. No soporto los tiempos de silencio.
9. Recorro a frases hechas y repetitivas.
10. No permito que la otra persona se exprese libremente, hablo más de mi.

Contesta: casi siempre, a menudo, de vez en cuando,
Raramente, nunca.

ENTREVISTA INFORMATIVA PREVIA

- ◆ Datos generales, nombre, teléfono, dirección, ocupación correo electrónico, A QUIEN LLAMAR EN CASO DE EMERGENCIA con nombre y teléfono.
 - ◆ Cuestiones de Salud: que enfermedades padece si esta tomando medicamentos, que tipo de medicamentos, recetados por quién, si está embarazada o si tiene problemas de audición
 - ◆ Nombre de la persona fallecida, Fecha del fallecimiento, si ha tenido la pérdida de otras personas.
 - ◆ Tipo de relación
 - ◆ Aspectos emocionales
 - ◆ Aspectos cognitivos
 - ◆ Aspectos conductuales
 - ◆ Redes de apoyo
 - ◆ Aspectos espirituales
 - ◆ Expectativas del solicitante
1. NO ES RELACION DE AYUDA O TERAPEUTICA
 2. Estilo empático.
 3. Duración: tiempo máximo 50 mins. Y 10 para llenar el formato.

CRITERIOS DE ADMISIÓN

No se permite la inclusión de una persona en GAD cuando:

- La persona está en la fase de choque y embotamiento: exhibe fuerte descarga emocional con profusión de llanto desesperación o conductas incongruentes con la pérdida: comportarse como si nada hubiese ocurrido, creer firmemente que su familiar sigue vivo y aparecerá. Se puede invitar a la persona a esperar algunos meses antes de empezar la experiencia de grupo.
- Cuando existe alguna enfermedad mental o presenta depresión profunda, con marcada actitud autista. Se le invita a acudir a un especialista.
- Muestra claras resistencias a compartir en grupo. Se le puede proponer acompañamiento individual.
- Muestra expectativas sobre el grupo que no corresponden con sus objetivos, por ejemplo, la búsqueda de contactos para formar pareja o la búsqueda de apoyo económico.

EJERCICIO ENTREVISTA PREVIA USANDO CRITERIOS DE ADMISIÓN

A ENTREVISTADOR

B ENTREVISTADO

EL DUELO

Proceso de Adaptación por la pérdida de algo o alguien significativo

En esta ocasión nos referiremos a la muerte de un ser querido.

4 tareas básicas para elaborar el Duelo

- 1.- Reconocer la importancia de la Pérdida
- 2.- Experimentar las emociones que surgen.
- 3.- Adaptarse a la nueva situación donde no está lo perdido.
- 4.- Retirar la energía depositada en lo perdido para invertirla en nuevos vínculos.

Elaboración del DUELO NORMAL

- Expresar los sentimientos que la pérdida provoca.
- Pensar sin culpa en la persona fallecida
- Analizar las consecuencias que la pérdida esta suponiendo para el superviviente.
- Poner en práctica conductas para afrontar la vida en toda su riqueza.

DUELOS PATOLOGICOS

EL TRABAJO DE EMOCIONES

FUNDAMENTAL PARA EL TRABAJO DE DUELO

Las emociones son reacciones automáticas del organismo, cuyo propósito es generar energía para hacerle frente a las experiencias y estímulos de la vida. No son buenas o malas, influyen en nuestros pensamientos y por lo tanto en nuestro comportamiento. Pueden afectar nuestra salud

Es importante darse la oportunidad o permiso para expresarlos.

MANEJO DE LAS EMOCIONES

- 1.- Identificar y nombrar
- 2.- Aceptarlas sin juicios ni connotaciones morales
- 3.- Integrarlas
- 4.- Expresarlas de forma apropiada

EJERCICIO PARA IDENTIFICAR EMOCIONES

DIARIO EMOCIONAL

Imagen

Sentimientos y emociones

En que parte del cuerpo

Que nombre le ponen

DUDAS SOBRE EL TRABAJO DE EMOCIONES

Desarrollo Sesión Tristeza 15 mins.

EJERCICIO RELAJACIÓN grupal

Se dividan en 3 grupos

Canción cuando un amigo se va

Escriban permitan sacar sus emociones

Compartan cómo se sintieron

DESARROLLO SESION ENOJO

Enojo: Es una emoción primaria que nace como defensa ante el peligro.

Puede ser positivo cuando nos ayuda a preservar la vida o cuando nos muestra con mayor claridad lo que queremos ser y hacer.

Esta emoción puede ser destructiva cuando no se expresa de forma adecuada y genera agresividad, cólera y resentimiento.

En ocasiones considerada socialmente como no aceptable.

En el duelo , la agresividad y el enojo son frecuentes. Estos sentimientos pueden dirigirse contra el muerto, proyectarlas en otras personas o incluso contra Dios.

Dinámica

Música tambores integren el enojo
escriban

Compartan como se sintieron

EJERCICIO GRITO ENERJÉTICO. 15 mins.

EJERCICIO DE RELAJACION

Se logra

1. Mejorar su Comunicación
2. La conciencia de la propia realidad ya sin el ser querido.
3. El aprendizaje interpersonal.
4. La identificación y la estimulación de unos con otros.
5. Incremento de la autoestima.
6. Integración con la sociedad.
7. La obtención de habilidades y herramientas más efectivas para seguir con el proceso de

CONCLUSIÓN

RITUAL DE DESPEDIDA.

Cómo llegue, cosas buenas y no tan buenas, agradecer, bendecir y decir adiós.

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

30 MIN

MUCHAS GRACIAS