



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

BIENVENIDOS

- Memoria Viva -



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

Acompañamiento al duelo

Ana María Cortés

Magíster en Psicología
Coordinadora del PAD

- Memoria Viva -

- Memoria Viva -

Derrotero

- Intervenciones grupales
- Intervenciones individuales
- Intervenciones con niños



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

- Memoria Viva -



Acciones con adultos



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

- Memoria Viva -

Rituales colectivos



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

- Memoria Viva -



- Memoria Viva -



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

<https://www.facebook.com/ana.cortes.psicologa/videos/432394868398479>

Mariana Vera

<https://www.facebook.com/ana.cortes.psicologa/videos/432394868398479>

<https://www.facebook.com/ana.cortes.psicologa/videos/952865928601761>

<https://www.facebook.com/ana.cortes.psicologa/videos/432394868398479>



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

Memoria



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO



- Memoria Viva -



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO





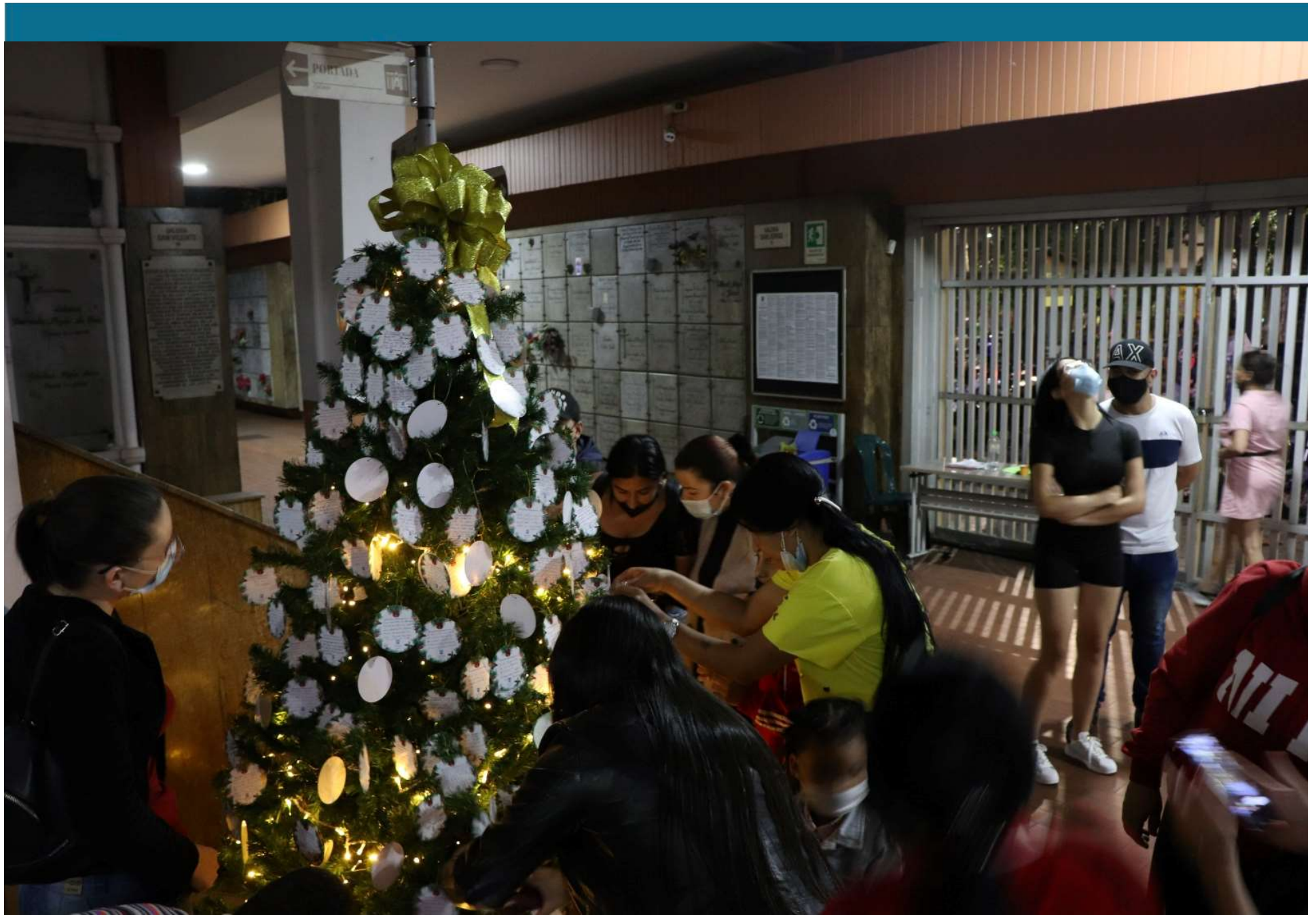




- Memoria Viva -



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO



- Memoria Viva -



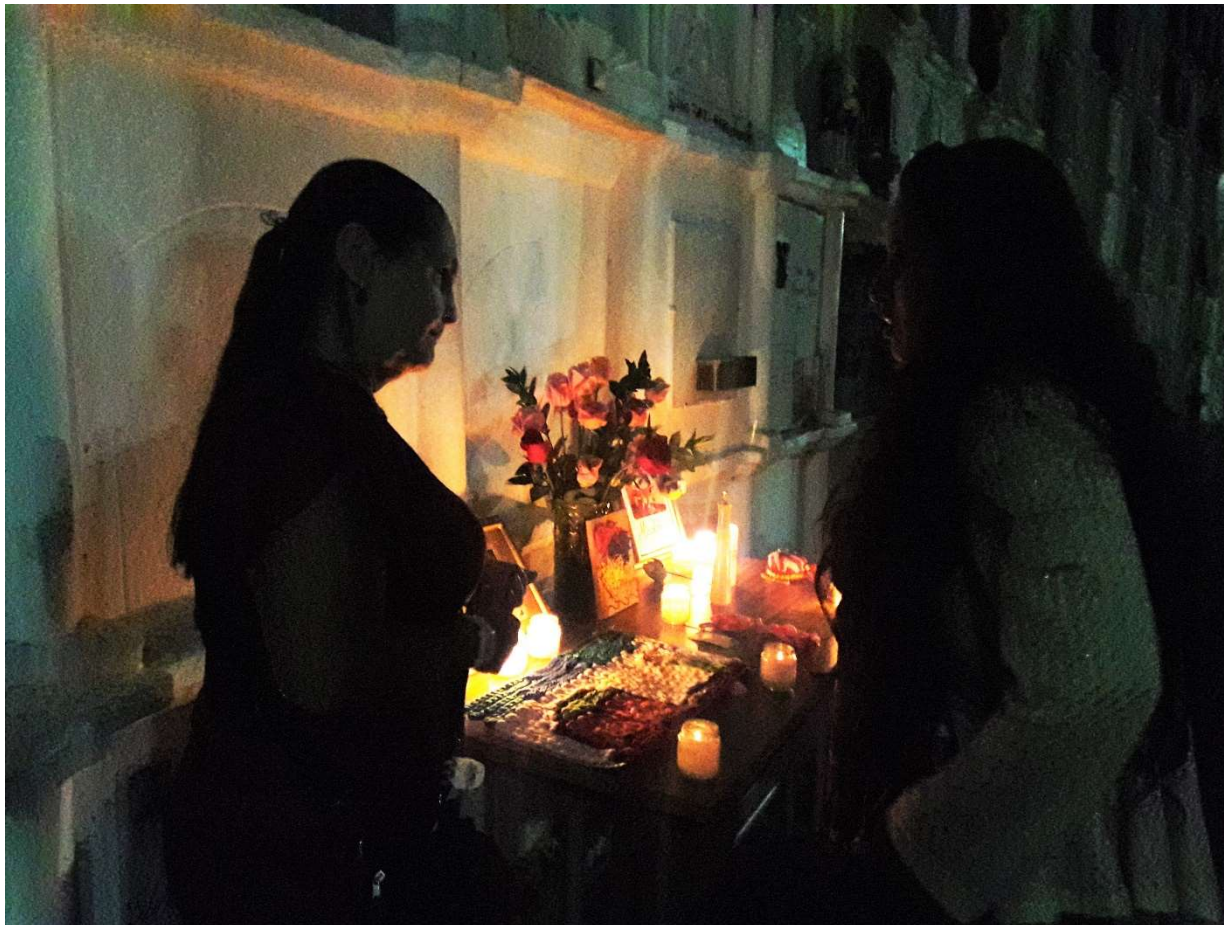
San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

- Memoria Viva -



- Memoria Viva -

Escribir, narrar, contar



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

- Memoria Viva -



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

- Memoria Viva -

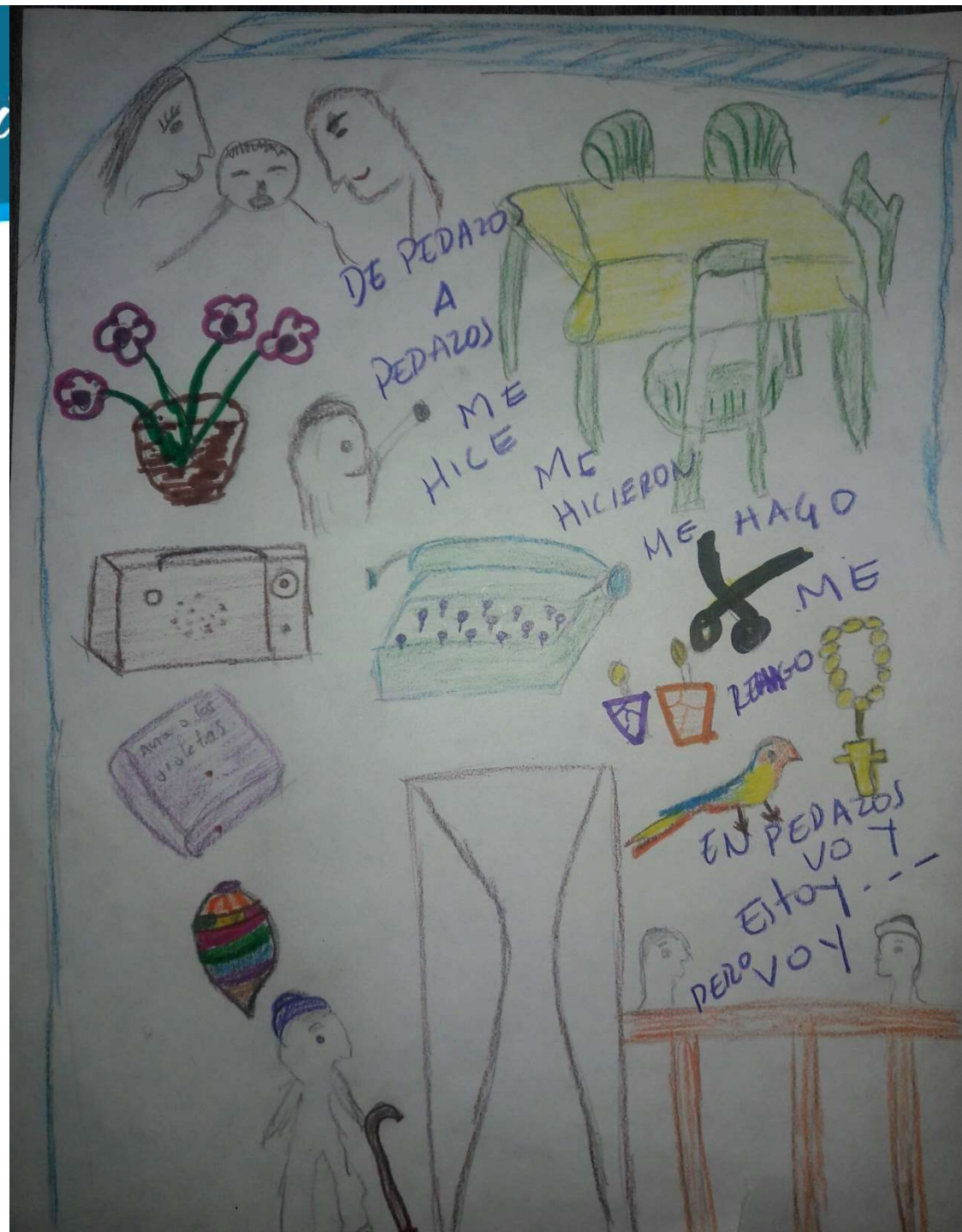


- Memoria Viva -

Resignificar a través del arte



Memoria



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

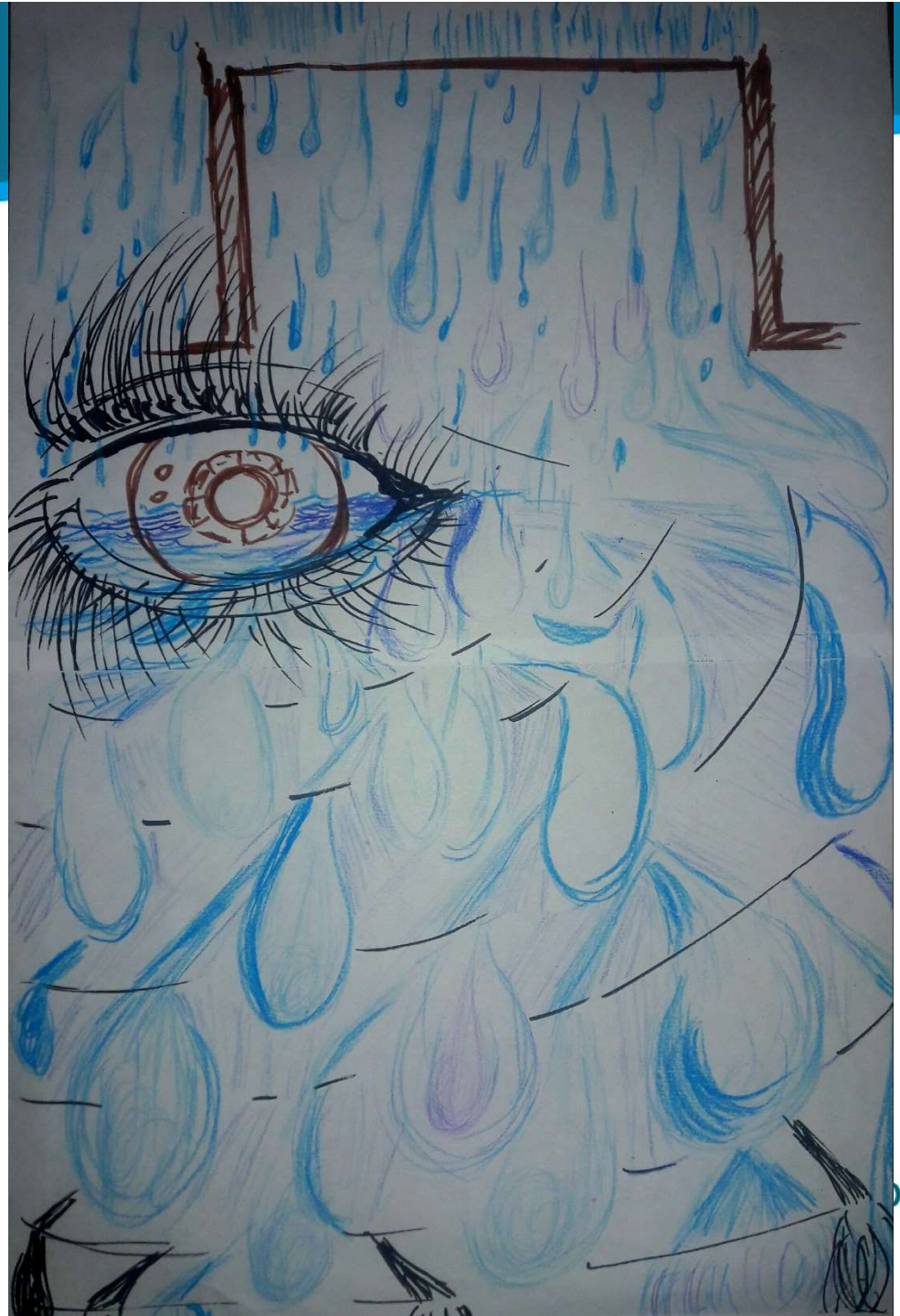
Así como
a la lluvia

El agua me lava
las tripitas. ↑

Me lleno de gotas
Me invaden
Se quiebran
Me ahogan

Se convierten en
lágrimas

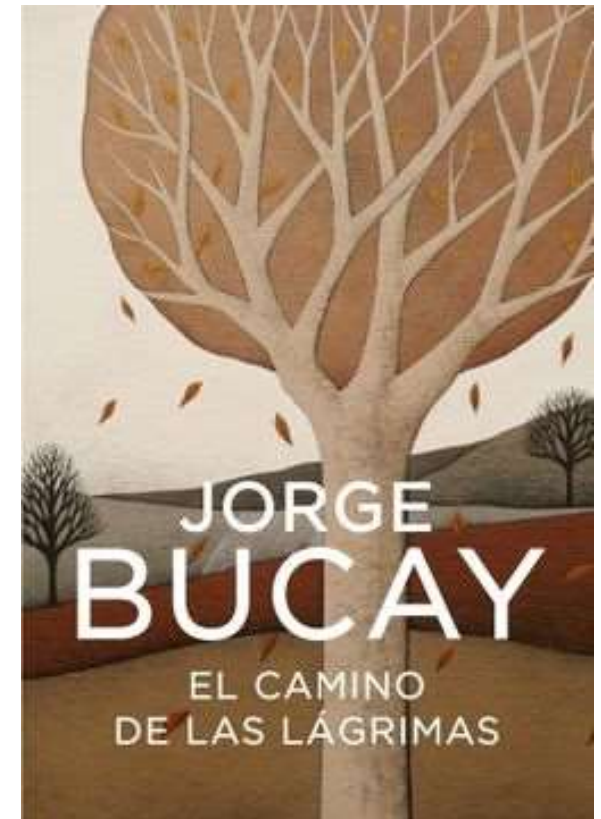
Mojan no lavan nada.





- Memoria Viva -

Leer sobre duelo



Otras acciones

- Escribir un diario
- Escribir al ser fallecido
- Elaborar un álbum
- Identificar los propios rituales
- Visitar el cementerio
- Asistir a grupos de apoyo
- Solucionar asuntos legales, familiares



Atención individual

Intervenciones recomendadas

- Reconstruir la historia, favorecer la narración de los hechos
- Hablar sobre las circunstancias en que se produjo la muerte, preguntar si asistió al entierro, al funeral y cómo se sintió
- Revisión de las tareas del duelo
- Explorar si existe sentimiento de culpa
- Ayudar en la expresión de emociones



Atención individual

- Encontrar acciones que faciliten avanzar en lo que está estancado
- Reorientar falsas creencias que dificultan la expresión de sentimientos (mejor no recordar para no sufrir y olvidar)
- Explorar qué se ha hecho con las pertenencias del fallecido
- Aconsejar para que no tomen decisiones precipitadas
- Psicoeducación: Informar sobre la evolución del duelo
- Espacio seguro



- Memoria Viva -

***Acciones que
ayudan a los
niños en duelo***



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

- Memoria Viva -

Elaborar una caja de recuerdos

Escribir historias que se vivieron con
el familiar fallecido, dibujos, fotos,
objetos significativos



- *Memoria Viva* -

Elaborar un altar en casa

Puede contener:

Objetos de la memoria personal del fallecido, de decoración, espiritualidad, los cuatro elementos



- Memoria Viva -

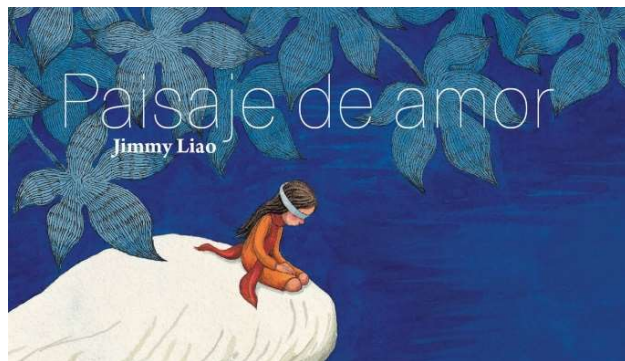
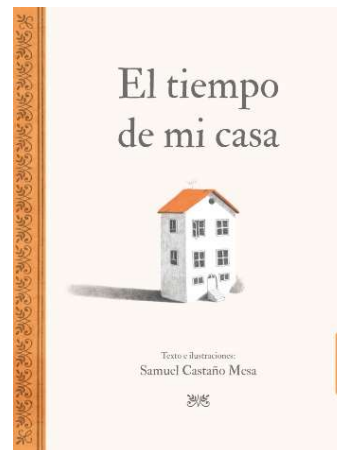
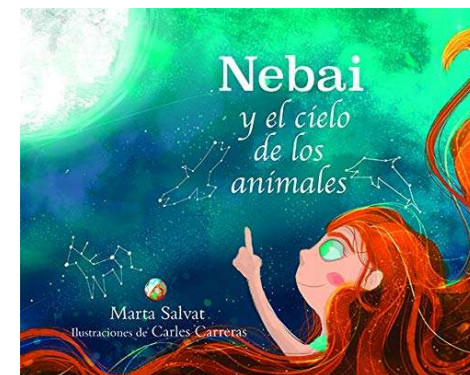
Escribir cartas, hacer dibujos

Dar un lugar a la
expresión de emociones



Cuentos

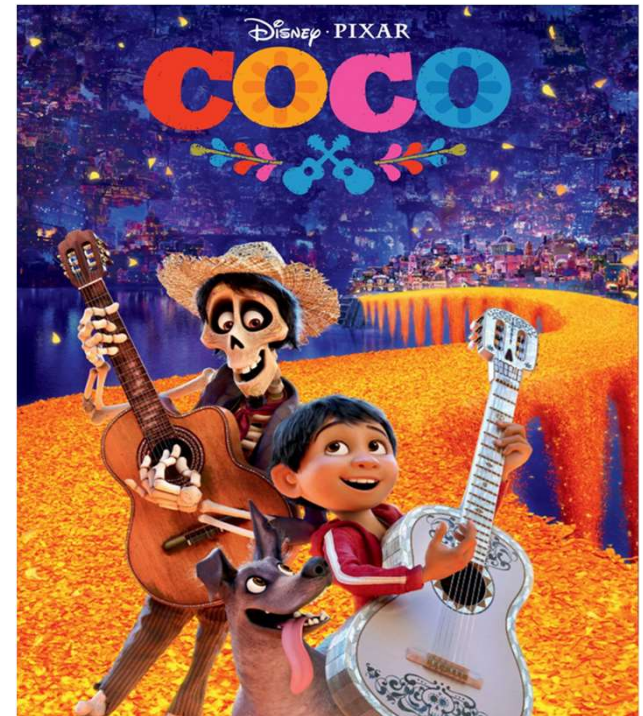
- La abuelita de arriba, la abuelita de abajo
- Nebai y el cielo de los animales
- Paisaje de amor de Jimmy Liao
- ¡No es fácil, pequeña ardilla!



- Memoria Viva -

Películas para niños que hablan sobre el duelo o la muerte

- Bambi
- UP
- Coco
- Rey León
- Soul



Recomendaciones

- Amor, compasión y escucha
- Mostrar preocupación genuina por la persona, incluso sin decir nada, estar presente y acompañar.
- Edúquese sobre el duelo
- Entender que no hay una sola manera de vivir un duelo, ni unos tiempos determinados
- Comprender que el proceso es vivido como una montaña rusa que de manera lineal

más



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

- Memoria Viva -

Psicología Psiquiatría Psicoterapia

250

J. William Worden

El tratamiento del duelo

**Asesoramiento psicológico
y terapia**

4ª edición revisada y ampliada



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

Recomendaciones

- Prepárese para escuchar historias tristes, de personas que tienen mucho dolor y seguramente van a llorar
- Aclare un poco su postura frente a la muerte, el miedo a su propia muerte o de sus seres queridos cercanos
- Si van a realizar trabajo con grupos, es preferible el trabajo en duplas o tríadas
- Cuide su salud mental





- Memoria Viva -



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

- Memoria Viva -

Primeros Auxilios Psicológicos

PAP

Hay que entrenarse para ellos.

Universidad Autónoma de Barcelona en Coursera:

<https://www.coursera.org/learn/pap>

Pontificia Universidad Católica de Chile

<https://www.youtube.com/watch?v=hbVfsJ8KJJA>

Pensados para desastres, emergencias y catástrofes.



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

Los objetivos de los PAP son:

- 1. Brindar alivio emocional inmediato: tranquilidad.
- 2. Facilitar la adaptación.
- 3. Prevenir el desarrollo de psicopatología.
- PUCH



Cruz Roja

- Los PAP son la **primera ayuda** que se prestan a las **personas confundidas** ante una emergencia o desastre.
- Estos se brindan cuando las personas no obedecen a los daños físicos sino a las **emociones** que está padeciendo en ese momento, tales como: miedo, tristeza, angustia, dolor y llanto, entre otros.
- Estas personas deben escuchar y actuar para **crear un ambiente de seguridad y esperanza**, con el objeto de ayudar a controlar lo que están sintiendo los afectados en ese momento.



- Memoria Viva -



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

- Memoria Viva -

www.cementeriosanpedro.org.co

Facebook e Instagram:

Cementerio Museo San Pedro





Referencias

Díaz Seoane, P., (2016). Hablemos de duelo. Manual práctico para abordar la muerte con niños y adolescentes, Madrid, España: Fundación Mario Losantos del Campo

Kubler Ross, E. (2016). La Muerte un amanecer. Editorial Planeta Mexicana

Sepúlveda, M.G., Alcaíno, C.A, García, G.A. (Eds). (2012). Psicoterapia constructivista en niños y adolescentes. Métodos y técnicas terapéuticas. Juegos, imágenes, diálogos. Santiago de Chile: Universidad de Chile.

Worden, J. W., Aparicio, Á., & Barberán, G. S. (2013). El tratamiento del duelo: asesoramiento psicológico y terapia. Barcelona: Paidós.

Pontificia Universidad Católica de Chile & Centro Nacional de Investigación para la Gestión Integrada de Desastres Naturales (cigiden). Manual ABCDE para la aplicación de Primeros Auxilios Psicológicos



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

- Memoria Viva -



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO



San Pedro
CEMENTERIO MUSEO

- Memoria Viva -