

AVES

FORMACIÓN EN ACOMPAÑAMIENTO EN EL DUELO Y LAS PÉRDIDAS

CURSO 2021-2022



ÍNDICE

FORMACIÓN EN ACOMPAÑAMIENTO EN EL DUELO Y LAS PÉRDIDAS	2
DESCRIPCIÓN	2
ESTRUCTURA	2
OBJETIVOS	3
METODOLOGÍA	4
EVALUACIÓN	4
PROCESO DE ACCESO	4
MATRÍCULA Y APORTACIÓN	4
NIVEL 1: Aprendizaje teórico emocional y trascendencia	5
CALENDARIO	5
CONTENIDOS	5
NIVEL 2: Aprendizaje práctico emocional y espiritual	6
CALENDARIO	6
CONTENIDOS	6
CONTACTO	7

Formación

en acompañamiento en el duelo y las pérdidas

DESCRIPCIÓN

La formación AVES en acompañamiento en el duelo y las pérdidas propone un proceso de autococonocimiento emocional durante el cual podrás trabajar en profundidad la relación contigo mismo/a y con las otras personas; y podrás cultivar una nueva mirada hacia el mundo y hacia la vida. La finalidad de esta formación es aproximarnos a los procesos de duelo y desarrollar las habilidades que nos permitan acompañar a otras personas durante sus procesos de pérdida desde la compasión, la confianza, la empatía y la escucha activa.

FORMACIÓN PRESENCIAL

Si las circunstancias sanitarias no lo permiten, la formación se realizará de manera **online**.

ESTRUCTURA

El curso académico se inicia en octubre y finaliza en junio.

Para completar la formación es imprescindible cursar:

Nivel 1: APRENDIZAJE **TEÓRICO** DE CONOCIMIENTO EMOCIONAL Y TRASCENDENCIA.

Nivel 2: APRENDIZAJE **PRÁCTICO** DE CONOCIMIENTO EMOCIONAL Y ESPIRITUAL.

4 MÓDULOS FORMATIVOS (Fin de semana según calendario).

“ACOMPañAMIENTO A LA PERSONA ENFERMA Y A SUS FAMILIARES EN EL CONTEXTO HOSPITALARIO“. A cargo de Montse Lorenzo-Penalva. 23 de octubre de 2021.

“TALLER DE ELABORACIÓN EMOCIONAL SEGÚN EL MÉTODO DE ELISABETH KÜBLER-ROSS“. A cargo de Lluís Camino. 12 y 13 de noviembre de 2021.

“INTERACCIÓN DE VIDAS“. A cargo de Santa Bertomeu. 4 y 5 de febrero de 2022.

“EMOCIÓN, PÉRDIDA Y DUELO. APRENDER A VIVIR, APRENDER A TRANSMITIR LA VIDA“. A cargo de Adela Torras. 27 y 28 de mayo 2022.

OBJETIVOS

- Desarrollar un **proceso de autoconocimiento** y regulación emocional y su aplicación en la vida cotidiana.
- **Aprender a relacionarnos con nosotras/os mismas/os** y nuestras experiencias desde la amabilidad, la bondad y la ternura, superando la (auto)crítica y la (auto)exigencia.
- Aumentar nuestra capacidad de **atención y concentración**.
- **Reducir la reactividad** (responder en lugar de reaccionar).
- Reconocer y validar **nuestras necesidades**.
- Reconocer las **pérdidas personales** y cómo nos relacionamos con ellas.
- Reconocer la necesidad de **integrar las propias heridas** para poder acompañar con libertad y lucidez.
- Cultivar y mantener el **estado de presencia** que nos permite conservar una actitud abierta.
- Aprender a **sostener el silencio**. El silencio necesario para que las personas expresen su dolor.
- **Cultivar la humildad**.
- Aprender a **detectar los propios juicios** y prejuicios.
- Atender al **lenguaje corporal** (no verbal).
- **Acompañar** al ritmo de la otra persona y según las necesidades de cada persona.
- Desarrollar la capacidad de detectar el “**ego ayudador**”.
- Comprender la importancia del **autocuidado** y el trabajo personal constante de quienes realizamos la tarea de acompañar.
- **Desarrollar el potencial que tenemos como seres humanos** para ponerlo al servicio de la persona que sufre un proceso de pérdida y duelo.

METODOLOGÍA

La metodología desarrollada por AVES a lo largo de 29 años acompañando y formando a personas para el acompañamiento durante los procesos de pérdida y duelo, se basa en el desarrollo vivencial de un proceso de *autoconocimiento* emocional y espiritual; se sustenta en las técnicas de la ayuda mutua (GAM); y se fundamenta en los siguientes **principios éticos**:

Escucha activa y compasiva

Presencia incondicional

Visión aconfesional

Actitud de servicio

Preservación de la confidencialidad

El trabajo realizado por Elisabeth Kübler-Ross.

EVALUACIÓN

Al finalizar íntegramente la formación, el equipo docente de AVES valora y determina si la persona ha alcanzado los objetivos del curso. Así mismo, se otorgará un certificado.

PROCESO DE ACCESO

- Entrevista individual con Roser Sanagustín (psicóloga)
- Cuestionario.
- Compromiso firmado.

MATRÍCULA Y APORTACIÓN

Las matriculaciones deben hacerse efectivas **antes del 30 de septiembre del año en curso.**

Las plazas son limitadas por lo que, una vez completadas, quedará cerrado el proceso de matriculación hasta el siguiente curso.

APORTACIÓN: 1.350 €

Matrícula 350€ y el resto en mensualidades: 125€

NIVEL 1

APRENDIZAJE TEÓRICO

DE CONOCIMIENTO EMOCIONAL Y TRASCEDENCIA

A cargo de **Santa Bertomeu**.

«**Conozca todas las teorías, domine todas las técnicas, pero al tocar una alma humana sea a penas otra alma humana**».

Carl Gustav Jung.

CALENDARIO

De octubre a enero (4 meses)

Horario: martes de 18h a 20h

CONTENIDOS

- La escucha activa.
- La comunicación corporal y verbal.
- Conocimiento y regulación emocional: la función y los elementos que conforman nuestras emociones.
- Autoconocimiento:
 - **mirada externa:** detonantes emocionales y patrones de comportamiento.
 - **mirada interna:** -Necesidades. Miedos. Creencias.
 - Vulnerabilidades y Fortalezas. Cualidades personales.
 - Motivación y propósito de vida.
- El lenguaje del corazón: acoger desde la empatía, la compasión, la bondad, el amor y la alegría.
- Introducción al niño/a interior: identificación y integración del niño/a herido/a.
- Análisis transaccional PAN.
- Los 4 cuadrantes de Elisabeth Kübler-Ross.
- Introducción al triángulo dramático de Karpman.
- Conciencia de finitud: el trayecto desde el nacimiento hasta la muerte.
- El proceso de duelo y las cinco etapas del duelo según Elisabeth Kübler-Ross.
- Introducción al duelo en la distancia.

NIVEL 2

APRENDIZAJE PRÁCTICO DE CONOCIMIENTO EMOCIONAL Y ESPIRITUAL

A cargo de **Adela Torras**

«Amarse de persona a persona es quizás lo más difícil que nos ha sido encomendado, lo más avanzado, la última prueba y examen, el trabajo por excelencia, para el cual, cualquier otro trabajo, es solo una preparación».

Ranier Maria Rilke.

CALENDARIO

De febrero a junio (5 meses)

Horario: dos martes al mes de 18h a 20h

CONTENIDOS

- Profundización en el triángulo dramático de Karpman.
- Profundización en el concepto de pérdida.
- Conocer nuestra vulnerabilidad e integrar nuestras heridas.
- Reconocer nuestra esencia: un proceso de indagación.
- Vivir el morir.
- Bases y práctica de la escucha activa.
- Los 7 niveles de la conciencia: de la *realidad separada* a la *realidad unificada*.
- La aceptación incondicional.

CONTACTO

info@avesgams.org
627 53 38 24

C/ València 246, 2º 1ª. 08007 BARCELONA

www.avesgams.org

GRACIAS POR CONFIAR EN NUESTRA LABOR

