

## **TANATOLOGIA:**

El grupo Recuerdos de Esperanza es un grupo especializado en atención tanatológica conformado por 10 sesiones, atendiendo a personas que atraviesan por un proceso de duelo por la pérdida física de un familiar, en donde les permitirá adquirir los conocimientos y estrategias para enfrentar de manera eficaz su pérdida y disminuir el sufrimiento, favoreciendo un proceso de duelo positivo. Se desarrollará en el Sistema Municipal para el Desarrollo Integral de la Familia de Bahía de Banderas. Iniciando el 08 de marzo del 2019, con el objetivo adquirir los conocimientos y estrategias para enfrentar de manera eficaz la pérdida de un familiar y disminuir el sufrimiento, favoreciendo su proceso de duelo.

La metodología utilizada en la realización y desarrollo del presente curso, fue dinámica, donde se invitaba a la reflexión de diferentes temas tales como crear un clima propicio que permita la vinculación dentro del grupo para que los integrantes se sientan en confianza y disminuir la tensión inicial y ansiedad con la cual puedan acudir el primer día, explicar lo que es un proceso de duelo, las etapas por las que se atraviesa y normalizar los sentimientos que se experimentan para que cada integrante analice como han cambiado sus emociones, conductas, y perspectivas a través del tiempo, ayudar al paciente a realizar la integración cognitiva y secuencial de la pérdida para facilitar las expresiones emocionales que cada uno de ellos experimenta y generar conciencia sobre la realidad de la pérdida, expresar las experiencias y vivencias compartidas con la persona fallecida mediante el uso de fotografías para que cada integrante a través de sus emociones y recuerdos identifique sus debilidades y áreas a fortalecer, proporcionar la oportunidad de expresar aquello que quedó inconcluso para que los integrantes aborden sus sentimientos de culpa o agradecimiento que han experimentado ante la pérdida de su familiar sin poner en riesgo su integridad física y entorno, crear una visión del futuro que le permita a cada integrante enfocarse en la continuación de sus aspiraciones personales, capacidad de

disfrute y sentido de vida y reflexionar de manera intuitiva-corporal el propio proceso de duelo para conectar a cada integrante con su duelo en donde identifique lo que ha dejado atrás, como se siente, que lo ha ayudado y visualice en qué áreas les falta trabajar; a través de diversas herramientas de apoyo.