

Decir 'hola de nuevo'

El trabajo con duelos y pérdidas desde las prácticas narrativas



Introducción

El modelo más extendido para trabajar con duelos y pérdidas en contextos de salud mental, se centra en la metáfora del 'adiós'. La idea que se les transmite a las personas que pasan por un proceso de duelo, es que tienen que separarse del ser querido que han perdido, aceptar su pérdida y seguir con sus vidas.

Cuando una persona pierde a un ser querido, de alguna manera parece que ha perdido una parte de su identidad. Las descripciones que estas personas hacen sobre sus sensaciones y los efectos que la pérdida ha tenido en sus vidas, son de desesperación. Hablan sobre sensación de vacío, tristeza y pérdida de interés por la vida.

Un modelo de trabajo que estructura unas fases para el proceso de duelo, basadas en la idea de la despedida, bloquea a las personas en lugar de facilitarles la reacción ante la situación y enriquecer sus vidas.

La metáfora del 'Hola de Nuevo' ofrece la posibilidad de recuperar la relación con el ser querido a través de la formulación de preguntas terapéuticas creadas con este propósito. Esta forma de trabajar desde la reincorporación de la relación perdida, elimina la sensación de tristeza, de vacío y aporta alivio a las personas.

“Cualquier experiencia de pérdida es única, así como son únicos los pasos necesarios para resolver cada pérdida. Una metáfora es eficaz solamente en la medida en que reconoce y facilita la expresión de este carácter único y en la medida en que no somete a las personas a especificaciones normativas.”

Michael White

Objetivos

- Conocer los principios básicos de las prácticas narrativas.
- Comprender el trabajo con metáforas desde el enfoque narrativo.
- Practicar una conversación terapéutica de reintegración.
- Reflexionar sobre las aplicaciones de esta metáfora al trabajo con individuos, grupos y comunidades que han sufrido pérdidas.

Temario

1. Principios de las prácticas narrativas.
2. Un enfoque alternativo a las terapias de duelos: deconstrucción de conceptos dominantes.
3. Decir 'Hola' de nuevo.
4. Documentos terapéuticos.
5. Rituales.
6. Transcripción de conversaciones terapéuticas sobre duelo y pérdidas.
7. Aplicaciones del concepto de reintegración en otros contextos terapéuticos.