

*Creatividad*

*en el proceso de duelo*

*Angélica Carrillo Torres*



# Creatividad en el proceso de duelo

## Momento 1

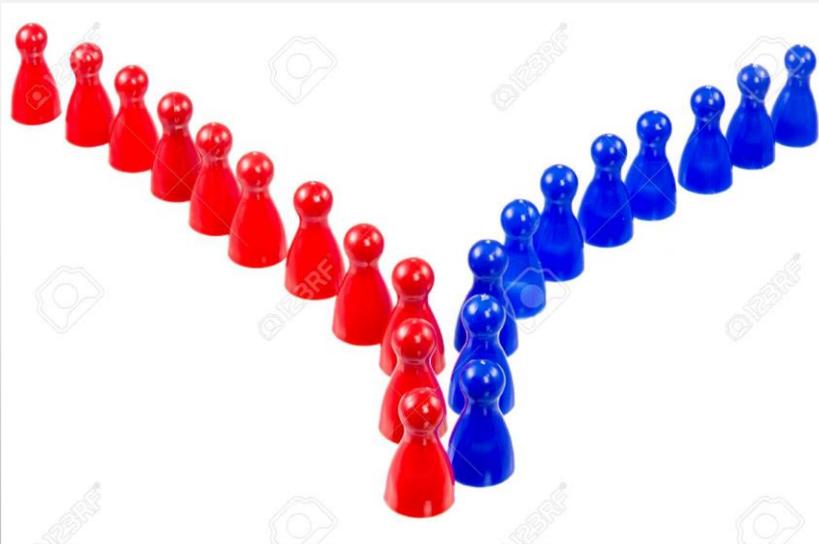
Bienvenida

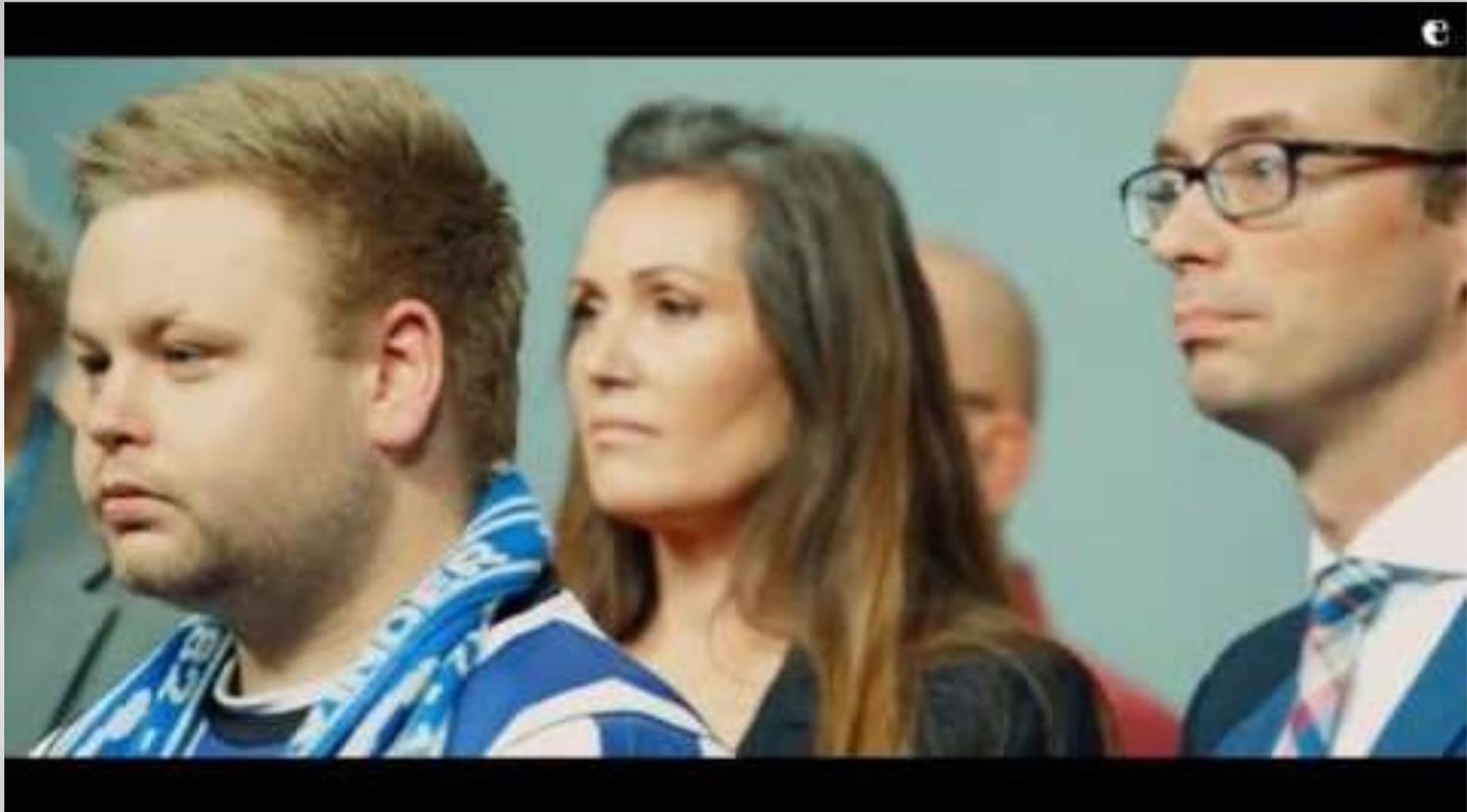


# *Creatividad en el proceso de duelo*

## *Momento II*

### *Presentación*





# *Creatividad en el proceso de duelo*

## *Momento III*

*OBJETIVO: Proporcionar a los asistentes recursos que posibiliten la comprensión del proceso creativo.*

*Presentar herramientas que pueden favorecer el pensamiento creativo y el reconocimiento de la singularidad de la persona en el proceso de duelo.*

*Recorrido creativo por el proceso de acompañamiento a través de tres etapas:*

- 1. Creatividad para fortalecerme*
- 2. Creatividad para acompañar*
- 3. Creatividad para documentar el proceso*



# *Creatividad en el proceso de duelo*

## *Momento IV*

*Valores y Conceptos de los que hablaremos en al taller.*

### *Creatividad para fortalecerme*

- *Importancia de la preparación*
- *Valor de la palabra*
- *Poder del Silencio*
- *Actividades que se contienen en si mismas*
- *Respeto*
- *Responsabilidad*
- *Honestidad*
- *Reconocerme como un ser creativo*
- *Contexto*
- *Equilibrio*



# Creatividad en el proceso de duelo

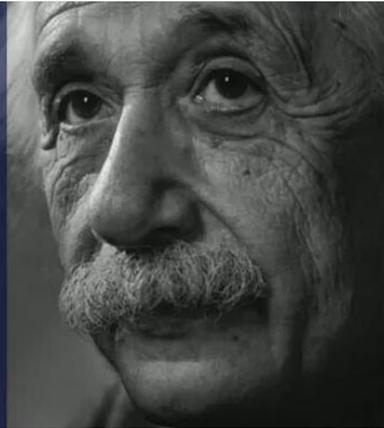
## *Creatividad para fortalecerme*

- *Importancia de la preparación*
- *Valor de la palabra*
- *Poder del Silencio*



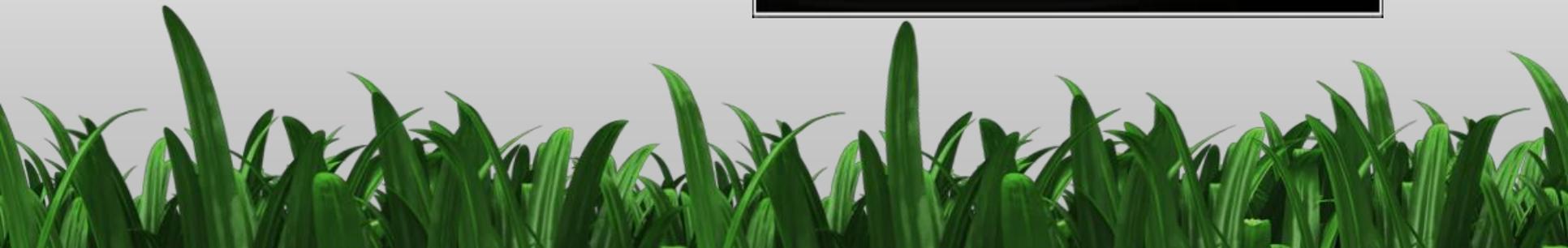
*"Pienso 99 veces  
y nada descubro.  
Dejo de pensar,  
me sumerjo en el  
silencio, y la  
verdad me es  
revelada."*

*~ Albert Einstein*



*Que cada uno de tus actos, palabras y  
pensamientos sean los de un hombre que acaso en  
ese instante, haya de abandonar la vida.*

*(Sócrates)*



# Creatividad en el proceso de duelo

## Creatividad para fortalecerme

- *Actividades que se contienen en si mismas*



# Creatividad en el proceso de duelo

- Actividades que se contienen en si mismas



*NO SE REALIZAN POR LA ESPERANZA DE UN BENEFICIO FUTURO,  
SINO SIMPLEMENTE PORQUE HACERLO ES EN SI LA RECOMPENSA.*



# *Creatividad en el proceso de duelo*

## *Creatividad para fortalecerme*

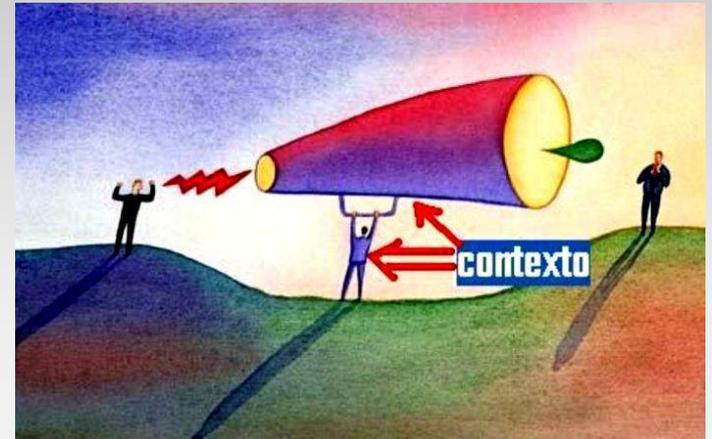
- *Honestidad*
- *Respeto*
- *Responsabilidad*



# Creatividad en el proceso de duelo

## Creatividad para fortalecerme

- Reconocerme como un ser creativo
- Contexto



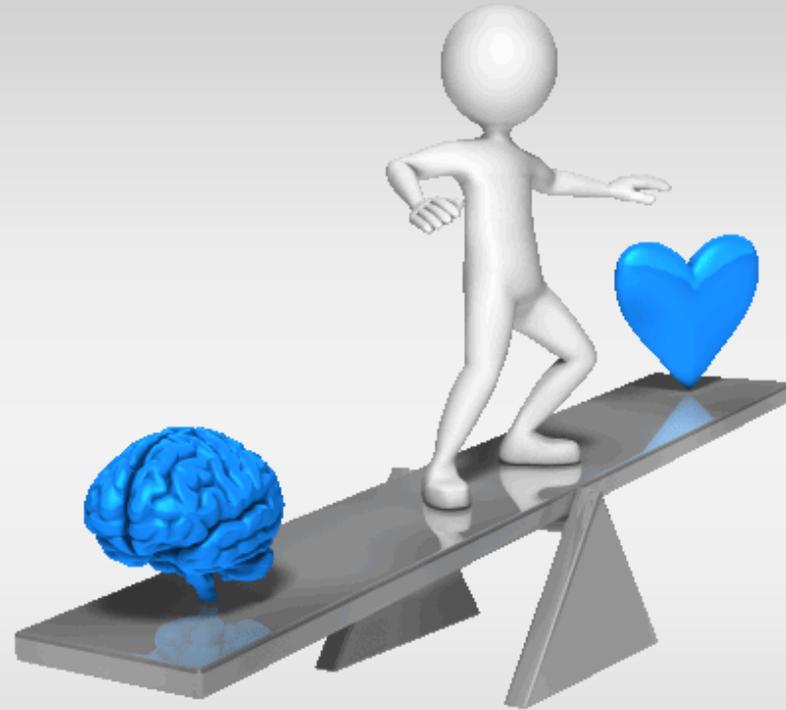
# *Creatividad en el proceso de duelo*

*Creatividad para fortalecerme*

- *Equilibrio*



*Ser sentipensante*



# *Creatividad en el proceso de duelo*

*¿Poner o quitar?*



# Momento V



# Creatividad en el proceso de duelo



## Momento V

¿Dónde la encuentro?

¿Qué es creatividad?



¿Qué la esconde?

# Creatividad en el proceso de duelo



*Dos modos de respuesta... provienen del mismo sitio*

# Creatividad en el proceso de duelo

## SESGOS: CUANDO EL CEREBRO NOS TRAICIONA

Las falsedades se difunden porque de verdad se cree en ellas.

Eso se llama **sesgo cognitivo**, atajos de nuestra mente para tomar decisiones de manera rápida y que, en más de una ocasión, nos salvan el pellejo.

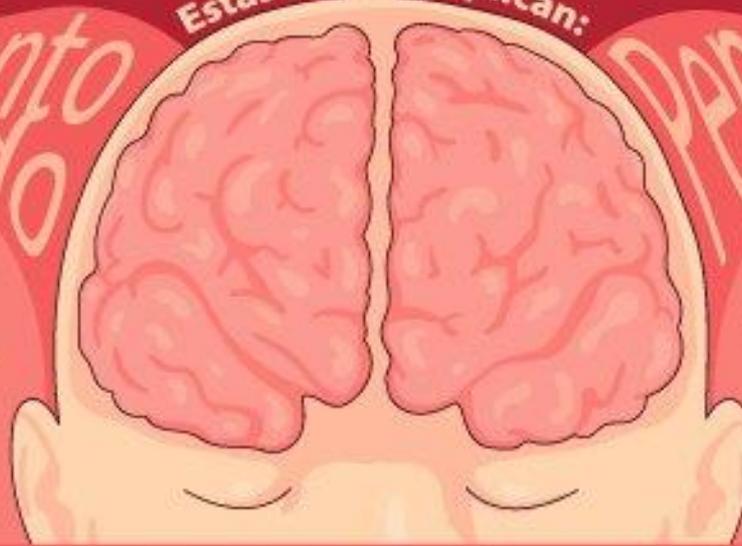
Estas teorías explican:

Razonamiento motivado

Somos más propensos a creer una información **que encaje con tus creencias, opiniones y gustos.**

Pensamiento dual

El cerebro tiene dos sistemas: ambos están activos, pero **preferimos intuir antes que analizar porque es más "rápido".**



Una noticia falsa se construye para activar tus sesgos y aprovecharse de tu economía cognitiva.

*De donde provengan de fuera o de dentro...*

*Mientras mas herramientas tengamos, mejor responderemos en cualquier caso*



# Creatividad en el proceso de duelo

## Momento VI



## Creatividad para acompañar

- *El niño ya conoce la muerte*
- *Creatividad con y sin material*
- *La magia de encontrar respuestas en otro tema*
- *Texturas, colores, sensaciones, olores*
- *Escucha*
- *Derivar*
- *Covid 19*
- *Biblioterapia*
- *Acompañamiento con música*
- *Desarrollo de los sentidos*





**BBVA**

Aprendemos juntos





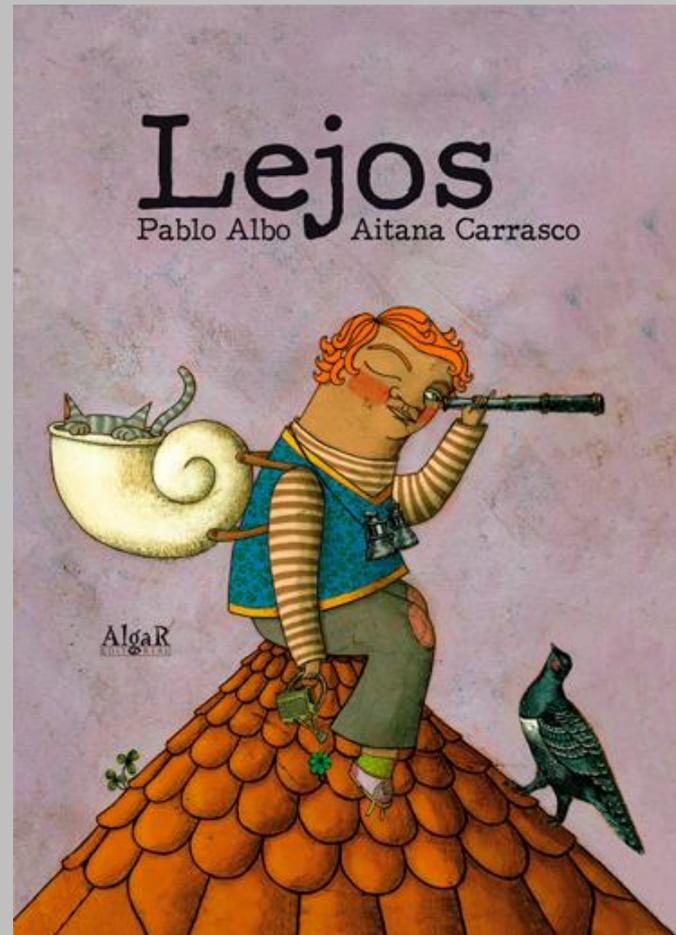
MOVIMIENTO  
SE VA  
DANDO  
POSIBILIDAD



MOMENTO  
ESTÁ DADO  
CONTENIDO

REESTRUCTURARSE DESPUÉS DE UN DUELO  
ES UN PROCESO NO UN HECHO.

# *Creatividad en el proceso de duelo*



# *Creatividad en el proceso de duelo*

*LEJOS*



# Creatividad en el proceso de duelo

LEJOS



# *Creatividad en el proceso de duelo*

*Quizá nunca comprenda los finales, las despedidas, las muertes...*



# *Creatividad en el proceso de duelo*

*...sí puedo comprender lo que significan para mí*



*Por mi personalidad,  
por mi historia,  
por el modo en que lo vivo.*

# Creatividad en el proceso de duelo

¿Cómo le hago?  
¿Cómo dejar ir?

ALGUNOS DICEN QUE A TRAVÉS DE

- UN PROCESO
- UNA LISTA
- ETAPAS
- TAREAS

Es una forma de vida



# *Creatividad en el proceso de duelo*

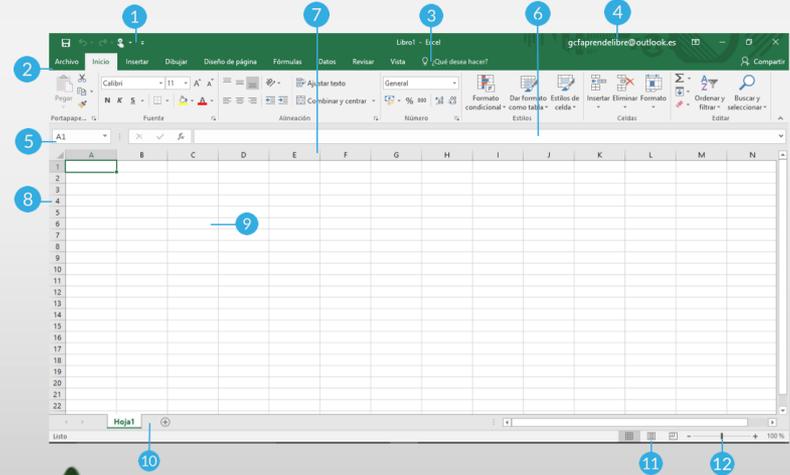
*La interacción entre la persona y el entorno  
es el sustento de la resiliencia*



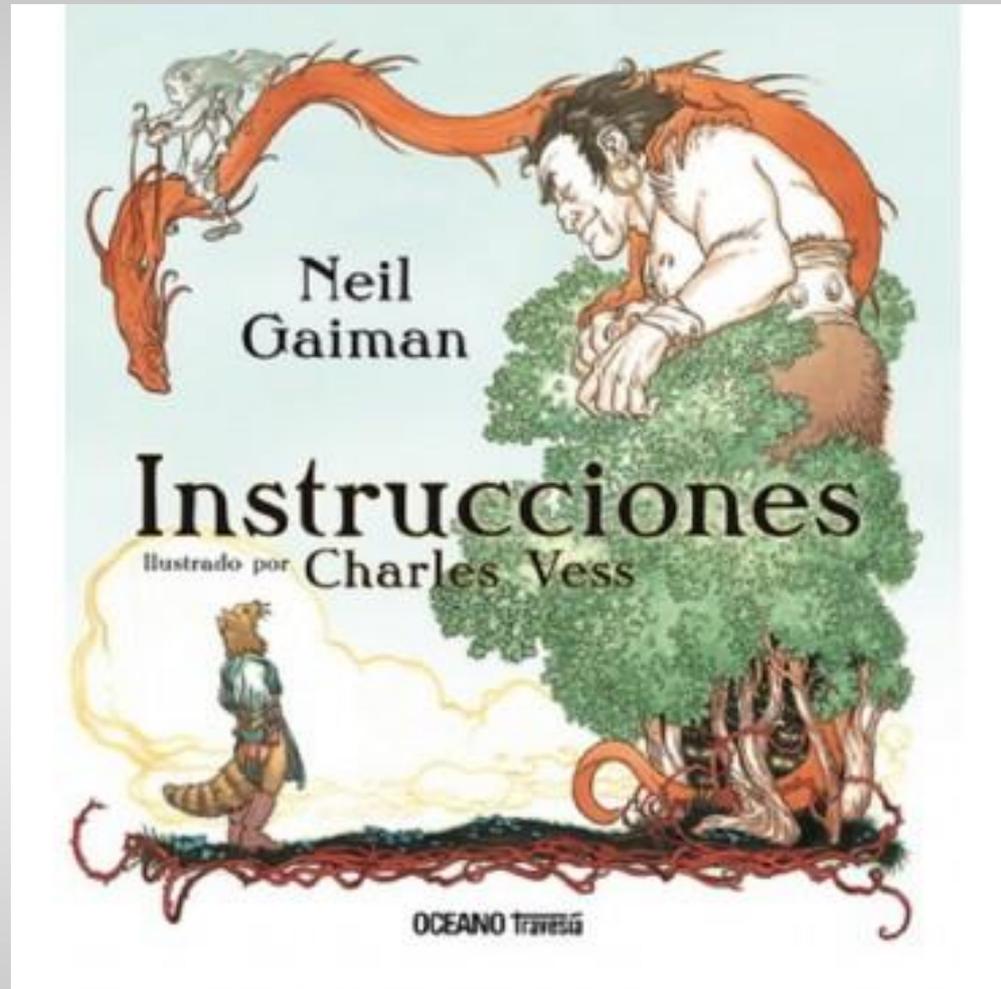
*HARVARD -MAMÁ·AC·*

# Creatividad en el proceso de duelo

## Momento VI



# *Creatividad en el proceso de duelo*



**ETAPA DE VIDA:** PRE, PERI Y POST NATALES. PERDIDA DE CUERPO MATERNO, PERDIDA DE CUERPO INFANTIL, MENOPAUSIA, ANDROPAUSIA,

**¿** CAMBIOS EN EL CUERPO POR VEJEZ, EMBARAZO, MIEDO A DIOS

**C** **CAUSA DESCONOCIDA O NO RECONOCIDA:** HERMANOS NO RECONOCIDOS VIVOS O MUERTOS, PERDIDA DE UN HERMANO ANTES DE NACER, ADOPCIÓN, ETC.

**U** **RELACIONES** CAMBIO DE ESTADO CIVIL, RELACIONES CODEPENDIENTES, VIOLENCIA, RELACIONES NO RECONOCIDAS

**Á** **CAMBIO EN ORDEN QUE RECONOCIAMOS Y OTRAS COSAS:** MUERTE A TODAS LAS EDADES (VIOLENCIA, ENFERMEDAD, DESASTRE NATURAL) EMBARAZOS EN NIÑEZ Y ADOLESCENCIA, ROLES HIJOS CRIADOS POR ABUELOS, ADOLESCENCIA ALARGADA, HIJOS CONCEBIDOS IN VITRO SIN PODERSE GESTAR POR EDAD DE LA MADRE...

**D** **SALUD:** LA ENFERMEDAD HOY...

**U** **ESTABILIDAD:** MATERIAL (CASA, TRABAJO) EMOCIONAL (CHISMES, CALUMNIAS)

**E** **OBJETOS Y MASCOTAS SANADORAS** (NO HUMANIZAR)

**L** **ZONA DE CONFORT**

**O** **NO SOLO PERDIDA - AMENAZA DE PERDIDA.** DEMENCIA, MORIR, CONTAGIO, SECUESTRO, SALIR A LA CALLE.

**?** NO TODAS LAS PÉRDIDAS TIENEN UN TINTE NEGATIVO, SI DOLOROSO (MATRIMONIO, BECA, TRABAJO BIEN REMUNERADO, PATERNIDAD).

# *Creatividad en el proceso de duelo*

*Las experiencias con el  
duelo representarán  
formas de  
comportamiento  
aprendidas, que servirán  
como patrones de  
conducta en el futuro*

*DUELO*



*LUTO*



# *Creatividad en el proceso de duelo*

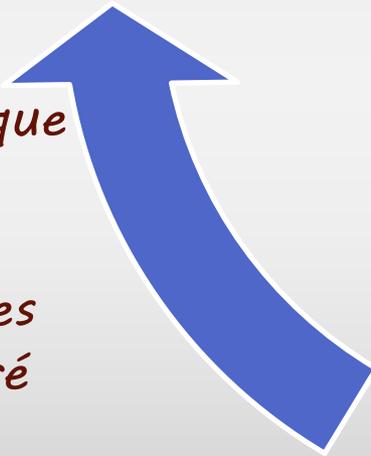
*Estoy bien*



*Crisis o situación*



*Pasará lo que  
tenga que  
pasar, la  
diferencia es  
que: Tendré  
el control.*



*A veces no hay  
respuesta  
teórica,  
acompañó desde  
lo que soy*



*Idea creativa*



# *Creatividad en el proceso de duelo*



*Creatividad en el proceso de duelo*

*Ser creativo es... Vivir*



# *Creatividad en el proceso de duelo*



# *Gracias*

