

¿CÓMO AFRONTAMOS LAS DIFERENTES PÉRDIDAS A LO LARGO DE NUESTRA VIDA?

Instructora: Giselle González Núñez

Duración: 6 horas

Modalidad: Virtual

Periodo: Martes, del 11 al 25 de febrero de 2025

Horario: De 18:00 a 20:00 h

Dirigido a: A la comunicad interna y comunidad externa de la UAM con interés en el tema

Tener interés en conocer el tema o si has

Requisitos: pasado por alguna pérdida, este curso puede ser de apoyo

Objetivo general: Desarrollar habilidades de pensamiento crítico, análisis, evaluación y argumentación en el contexto educativo.

Página 1 de 4

Permitir que las personas expresen sus emociones de manera libre y segura, ya sea a través de la escritura, el arte o la conversación.

Brindar información sobre el proceso de duelo, es decir, las etapas del duelo, las reacciones emocionales comunes y las estrategias de afrontamiento saludables.

**Objetivos
específicos:**

Incentivar la comprensión y el apoyo entre las personas, creando un ambiente de comprensión y colaboración.

Crear actividades de reflexión y procesamiento, con la intención de que puedan reflexionar sobre su pérdida, compartir sus experiencias y encontrar significado en el proceso de duelo.

TEMARIO

- ✓ ¿Qué es el duelo?
- ✓ Etapas del proceso de duelo
- ✓ Tipos de duelo

- ✓ Estrategias para su afrontamiento (primer nivel)
- ✓ ¿Cómo brindar apoyo en los diferentes espacios?
- ✓ Pautas prácticas de autocuidado para personas en duelo

CUOTA DE RECUPERACIÓN:

Comunidad UAM-C	\$ 200.00
Otras Unidades y egresados	\$ 300.00
Público en general	\$ 550.00

REGISTRO:

Educación Continua,

Coordinación de Extensión Universitaria, 4to piso

econtinua@cua.uam.mx

55 5814 6500 – ext.: 3957 / 5521905532 (WhatsApp)

NOTA: Nos reservamos el derecho de cancelar o aplazar el inicio del curso, en caso de que no se cuente con el mínimo de 15 interesados.
La apertura se confirmará máximo 5 días antes de la fecha de inicio.
Una vez pagado el curso no habrá devolución del dinero.

Página 4 de 4

