

**Taller: decir de nuevo hola**

**José Francisco Morales Vega, México**

**ENDIÁLOGO, España**

Introducción:

Presentación: Este taller tiene el objetivo de crear un espacio en donde podamos reflexionar y reposicionar el significado que le damos a las pérdidas. En este sentido la intención es crear un espacio de discusión y colaboración en donde podamos visibilizar cuales son los discursos, ideas, presupuesto y significados que acompañan la forma en que pensamos acerca de las pérdidas y podamos evaluar y elegir si estos discurso representan o no la manera en como nosotros y nosotras queremos ver las despedidas, pudiendo elegir lugares preferidos sobre la forma en como quiero recordar y dignificar a los que sean ido, nutriéndome así mismo de las experiencias y saberes de los otros por medio de las conversaciones que sostengo con cada una de las personas que nos acompañan en esta ocasión.

La finalidad: Poder elegir la forma y manera en como quiero pensar mis pérdidas desde lugares preferidos a lo que valoró y con ello crear mi propio discurso acerca de mi experiencia.

Generar nuevas ideas sobre como ver y vivir las pérdidas.

Prácticas:

Terapia Narrativa

Colaborativa dialogica

Equipos de reflexión

Terapia Comunitaria Integrativa

Forma de trabajo:

El taller se dividirá en diferentes fases. Cada una de ella tendrá la misión de invitar a la conversación y reflexión de diferentes temas que giran alrededor de los discursos que condicionan e imponen una única historia acerca de la comprensión y modos de actuar acerca de las pérdidas.

La idea de cada fase poder visibilizar dichos discursos y evaluar la influencia que están teniendo en nuestra manera de vivir las pérdidas y sobre esto puede reflexionar si esta influencia nos es preferida o no, y en caso de ser lo segundo poder cuestionarlo.

La misión es engrosar historias preferidas, crear nuevos significados y que como comunidad podamos aportarnos ideas, formas, visiones, experiencias que nos permita tener una nueva visión más agradable de lo que significa la pérdida en mi vida.

Esperamos te sea preferido.

#### Descripción del trabajo

Mantener una escucha atenta y respetuosa

Hablar en primera persona

No dar consejos, más bien compartir anécdotas

Respetar la singularidad de los significados

Proponer canciones, refranes, dichos o frases que puedan contribuir a lo contado

Hablar de lo que te sientas cómodo a compartir

Disfrutar del momento y crear conexiones

Materiales:

Para esta sesión es necesario contar con materiales de arte y cartulina o hojas blancas para realizar algunos ejercicios.

Crayones

Colores

Pintura

Lápices

Plumones

Primer tema de conversación:

La primera parte consiste en situar una persona, situación, mascota, lugar que de alguna manera se vincule con el terreno de la pérdida. Piensa en alguna experiencia que te gustaría convocar para ser conversada entre todos y aparte de ella empezar nuestro análisis deconstruccionista del significado asociado a este elemento escogido.

Convérsalo con todos.

Una vez comentado esto conversen acerca de las siguientes preguntas:

¿Qué han contado acerca de como deben vivir las pérdidas?

¿Qué opino acerca de ello? ¿me agrada? ¿no me agrada? O ¿tengo otras ideas?

¿Qué me ha servido o me sido útil para sobreponerme a la situación? ¿Qué elementos positivos aprendí de mi en esta experiencia que he narrado?

Representa lo conversado a través de un dibujo, texto o ambos.

Objetivo del primer ejercicio: Escuchar el panorama de las otras personas en cuanto a sus pérdidas, resonar con sus experiencia, nutrirme de sus visiones.

Recursos: anécdotas que hable de los recursos y visibilicen los mismos. Análisis de la situación de los discursos dominantes

Segunda Conversación:

“Decir hola de nuevo”

Cada persona, mascota, situación o circunstancia tiene un valor en nuestras vidas. Esta ahí para enseñarnos y contribuir a nuestra existencia a través de las enseñanzas, conocimientos, vivencias y sentimientos.

Las pérdidas desde este cuestionamiento que realizamos, no quieren decir que lo que convocamos hace unos momentos se fue para siempre, si no que tuvo y tiene contribuciones en tu vida, estos años que vivieron juntos generaron efectos en ti.

Convoquémoslos en la conversación

Esta figura significativa vamos a colocarla en otra cartulina.

Instrucciones:

Dibujemos a la persona significativas y re pensemos la situación de perdida a través de las siguientes preguntas:

¿Qué contribuciones tiene la persona que elegiste en tu vida?

¿Qué efectos han tenido o tienen estas contribuciones en tu vida?

¿Qué recursos, habilidades, herramientas me ayudo a desarrollar estas contribuciones que la persona hizo a mi vida?

¿Qué resultado han tenido esas contribuciones en mi vida?

¿Qué más podría decir? (otras preguntas) (que mas quisieras conversar)

Segunda parte:

¿Qué contribuciones has hecho tu a la persona que elegiste para conversar?

¿Qué efectos han tenido, tuvieron o tienen esas contribuciones que yo hice en la vida de esa persona?

Finalidad: La intención de esta conversación es poder vivir, dialogar y honrar esta pérdida desde donde yo quiero. Desde los aprendizajes y el crecimiento por ejemplo si hablo de una experiencia negativa, desde el amor, el respeto y el profundo cariño si es alguien a quien yo ame profundamente, la idea es poder abrir estas conversaciones desde mis terrenos preferidos, dándole la voz y esperanza a esta experiencia que yo quiero darles.

Tercera conversación:

¿Qué efectos ha tenido en mi ver la pérdida desde las contribuciones y no desde el dolor o rencor?

¿sigues viendo a las pérdidas de la misma forma que antes o algo ha cambiado? ¿Qué es lo que cambio?

¿Qué papel tiene en tu vida mirar las pérdidas desde esta visión?