

# FASE 2 DE RECUERDO Y DUELO ( ELABORACION-REPROCESAMIENTO)

- CONTAR Y RECONSTRUIR LA HISTORIA DEL TRAUMA O REPROCESAR RECUERDOS.
- BALANCE ENTRE EL RECUERDO DEL PASADO Y EL PRESENTE
- MONITOREAR SINTOMAS DE INTRUSIVIDAD, SI SE REACTIVAN SE DEBE IR MAS DESPACIO.
- BALANCE EMOCIONAL



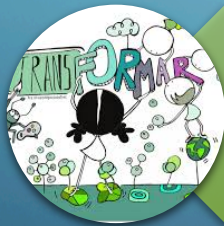
# FASE DE RECUERDO Y DUELO

## ( ELABORACION-REPROCESAMIENTO)

Tareas:



Reconstrucción de la historia de trauma



Transformar la memoria traumática



Proceso de duelo

# FASE DE RECUERDO Y DUELO

## ( ELABORACION-REPROCESAMIENTO)

### 1. RECONSTRUCCION DE LA HISTORIA: (discusión entre modelos teóricos)

- Narrativa incluye palabras, emociones, sensaciones. En modelos como EMDR se acepta que no haya narrativa verbal.
- Sistemática revisión del significado de la historia para el paciente y otras personas importantes en su vida.
- ¿Por qué sucedió esto?
- Explorar sentidos de culpa y responsabilidad



# FASE DE RECUERDO Y DUELO

## ( ELABORACION-REPROCESAMIENTO)

### 1. RECONSTRUCCION DE LA HISTORIA: (discusión entre modelos teóricos)

- Terapeuta brinda contexto cognitivo, emocional
- Conflicto con personas importantes de su vida
- El terapeuta trata de escuchar, sin preconcepciones
- Ambivalencia ante el relato
- La meta de la reconstrucción es la integración y creer en el poder restaurativo de decir la verdad.





# FASE DE RECUERDO Y DUELO

## ( ELABORACION-REPROCESAMIENTO)

### 2. TRANSFORMAR LA MEMORIA TRAUMATICA:

Diversos métodos y técnicas:

- EMDR, BRAINSPOTTING, HIPNOSIS, ETC.
- El recuerdo quede colocado en el lugar del pasado que le corresponde y se encuentran nuevos significados o creencias en torno a lo sucedido.

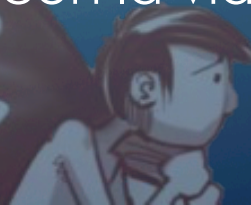


# FASE DE RECUERDO Y DUELO

## ( ELABORACION-REPROCESAMIENTO)

### 3. Duelo de la pérdida traumática:

- Manejar emociones como revancha, perdón, compensación, vergüenza, la culpa.
- Pacientes con trauma en la infancia por lo que perdieron y lo que desearan haber tenido.
- La confrontación con sentimientos desesperados ( incrementar riesgo de suicidio)
- El mayor trabajo de esta etapa es acompañar, apropiarse de su propia historia y renovar esperanza, energía y compromiso con la vida.



# FASE 3. RECONEXIÓN

- La tarea es crear el futuro: desarrollar un nuevo sentido de sí mismo, con nuevas formas de relacionarse, cambiar las creencias antiguas por nuevas, promover un rol más activo ante el mundo.

1. Enfrentar miedos y posibles confrontaciones familiares.
2. Reconciliación consigo misma.
3. Reconectarse con otros
4. Encontrando nueva misión





# FASE 3. RECONEXIÓN

## 1. ENFRENTANDO MIEDOS Y CONFRONTACIONES FAMILIARES

## 2. RECONCILIACION CONSIGO MISMA

( ya no siente que el trauma dirige su vida, ayudar a desarrollar el deseo y la iniciativa, ser dueña de sí misma, se perdona más a sí misma, deja de sentir daño o peligro permanente, actúa con más calma y serenidad, reconoce aspectos positivos, sentir orgullo).



# FASE 3. RECONEXIÓN

3. RECONECTARSE CON OTROS: autonomía y capacidad de conectarse con los demás, se focaliza en temas de identidad e intimidad, intimidad sexual, reconexión con la nueva generación.

4. ENCONTRANDO UNA NUEVA MISION: Encontrar sentido, involucrarse en acciones sociales, buscar justicia.



# CRITERIOS DE RESOLUCIÓN DEL TRAUMA

- Se logra manejar los síntomas fisiológicos
- La persona puede manejar las emociones relacionadas al trauma
- La persona gana autoridad sobre sus memorias, puede recordarlo o dejarlo a un lado
- La memoria del trauma es coherente con la narrativa y la emoción
- La autoestima se recupera



# CRITERIOS DE RESOLUCIÓN DEL TRAUMA

- Las relaciones interpersonales se restauran o se modifica la forma de relacionarse
- La persona reconstruyó un sistema coherente de significado y creencias que acompañan la historia del trauma
- Encontrar sentido, significado y coherencia.

# BIBLIOGRAFIA

- Herman, Judith ( 1992). Trauma and recovery. Basics Books. New York.