

# ENTRE LO QUE SE FUE Y LO QUE PERMANECE: UN VIAJE POR LA PÉRDIDA, EL RECUERDO Y LA RESILIENCIA

## CURSO VÍA STREAMING

Fecha: jueves 04 y 11 de diciembre de 2025

Horario: De 14:00 a 15:50 hrs.

Perfil de público al que va dirigido: Público interesado en el tema, público en general. Entrada libre.

Lic. Raquel Origel Puertas

Experta en liderazgo incluyente, desarrollo de talento y promoción de la diversidad, equidad, inclusión y pertenencia, Raquel Origel Puertas cuenta con una sólida trayectoria como consultora, conferencista y mentora en diversas empresas y organizaciones internacionales.

Su enfoque multifacético y orientado a resultados ha impulsado el desarrollo organizacional y la cultura corporativa en empresas de renombre como Heineken y Crown Holdings, Netflix, Google, Scotiabank, Newmont. Su experiencia en Risaterapia A.C., donde se desempeñó como Directora General por más de una década, le ha permitido desarrollar habilidades para liderar equipos, gestionar crisis y adaptar modelos de negocio a entornos cambiantes. Raquel ha diseñado e implementado programas innovadores que abordan desafíos específicos y generan impacto positivo a largo plazo. Además, ha facilitado talleres y conferencias de Desarrollo Humano en todo el país, utilizando una metodología lúdica para fomentar un aprendizaje efectivo.

## Objetivos de aprendizaje

Este curso busca que quienes participan reflexionen sobre los procesos de pérdida, recuerdo y resiliencia en sus vidas y comunidades, promoviendo una comprensión profunda de cómo estas experiencias impactan la salud emocional y las relaciones humanas. A través de actividades participativas, los asistentes podrán identificar formas de afrontar el duelo, valorar la importancia del recuerdo y desarrollar habilidades para fortalecer su resiliencia frente a las dificultades, enriqueciendo su capacidad de acompañamiento y auto cuidado en contextos de pérdida.

También aprenderán a reconocer la importancia del acompañamiento en procesos de duelo, tanto en su propia experiencia como en la de otros, fomentando una mirada empática y resiliente ante las ausencias y presencias en sus vidas, y promoviendo acciones que fortalezcan su bienestar emocional y social.

## Sesiones

### Sesión 1: La pérdida y el proceso de duelo: conceptos y experiencias

- Comprender las diferentes formas de pérdida y su impacto emocional.
- Reflexionar sobre el proceso de duelo y las maneras en que las personas enfrentan la ausencia.
- Identificar las emociones y reacciones comunes durante el duelo y cómo acompañarlas de manera empática.

### Sesión 2: La memoria y la resiliencia: caminos hacia la sanación

- Analizar el papel del recuerdo en la construcción de la identidad y el proceso de sanación.
- Desarrollar estrategias para fortalecer la resiliencia en situaciones de pérdida.
- Promover acciones prácticas para acompañar procesos de duelo en contextos personales y comunitarios.

Se entrega constancia de participación con el **100%** de asistencia

## IMPORTANTE

Te invitamos a leer las siguientes políticas de funcionamiento, las cuales te ayudarán a tener una mejor estancia dentro del Centro Educativo:

1. Todas nuestras actividades son gratuitas.
2. Tu inscripción tiene fines informativos, con ella podrás recibir: nuestro boletín mensual, avisos de las actividades e invitaciones a eventos especiales.
3. Tu inscripción NO ASEGURA TU LUGAR. Es importante conectarse con el tiempo que consideres necesario para alcanzar lugar. Recuerda que todos nuestros cursos tienen un cupo limitado de 500 asistentes.
4. Las inscripciones sólo se harán a través de la página web de Zoom. No se tramitarán inscripciones por otro medio (correo electrónico, teléfono, redes sociales o físicamente en el Centro).
5. Para obtener la constancia de participación es obligatorio cubrir el 80% de asistencias de los cursos de cuatro sesiones; para cursos de tres sesiones debes cubrir el 100%. No aplica para conferencias o actividades únicas. Las constancias se enviarán de manera digital al concluir todas las actividades del mes.
6. La única forma de comprobar que tomaste una sesión, es mantenerse en la sesión por lo menos 60 minutos. No podrán justificarse asistencias con apuntes, fotografías o referencias de otras personas.
7. En caso de conectarse más de una persona desde el mismo dispositivo, tendrán que escribir directamente a [centroeducativo@myt.org.mx](mailto:centroeducativo@myt.org.mx)