



El procés de dol

Es la resposta natural esperable i adaptativa que segueix a una pèrdua significativa per a nosaltres. Que sigui quelcom sa no treu que sigui una experiència dolorosa i que sovint no tinguem eines que ens ajudin a sobre portar-ho.

Sol aparèixer una barreja d'estats emocionals que ens dificulten el funcionament del dia a dia amb normalitat i que, de vegades, ens fan pensar que potser alguna cosa no va del tot bé



www.mondol.es

613 484 373

**ESTA BÉ
QUE NO
ESTIGUIS BÉ**

ACOMPANYAMENT AL DOL

Si estàs vivint la pèrdua d'una persona estimada, t'acompanyem a elaborar un dol saludable.

COM HO FEM

- Sessions individuals d'una hora de durada
- Presencial i/o online
- A la consulta o a la natura
- Amb formació específica
- Amb compromís, respecte, sintonia i presència
- Sense preses i sense judicis
- Amb materials complementaris
- Amb la base de la relació terapèutica
- Possibilitat de treball grupal



613 484 373

OBSERVA ELS ESTELS COM NEIXEN DEL CAOS