

# Una Dosis de Diván

## ★ CREAR UN OBJETO SIMBÓLICO

Lacan decía: “ El objeto perdido  
estructura el Deseo”

Y a veces se necesita un objeto  
transicional para sostenerse.

Un collage, una cajita con  
recuerdos, un dibujo, una escultura  
de arcilla, una vela. El arte como  
continente de lo inefable.





# Una Dosis de Diván

## ★ CIRCULO DE ESCUCHA O PALABRA COMPARTIDA.

El Duelo se vuelve más habitable,  
cuando hay un otro que escucha sin  
querer corregir.

Un lugar sin juicio... Solo poner en  
palabras el eco interno del Duelo.





# Una Dosis de Diván

## ★ LECTURAS QUE HABILITEN SENTIDO...

A veces el psicoanálisis y la  
literatura llegan donde la lógica no  
puede...

Recomendaciones:

✨ El duelo de Freud

✨ La muerte es un día que vale la  
pena vivir de Ana Clavel





# Una Dosis de Diván

## ★ **NOMBRAR LA PÉRDIDA**

Lo que no se nombra, retorna como  
un síntoma.

Una propuesta simbólica. ponele  
nombre a lo perdido. No solo a la  
persona, sino al rol, al proyecto...





# Una Dosis de Diván

## ★ TRANSFORMAR PARA RESIGNIFICAR

No se trata de reemplazar al objeto perdido. Sino de transformar el lugar interno que ocupaba



# Una Dosis de Diván

## ★ EL CUERPO TAMBIÉN LLORA

El cuerpo guarda lo que no se dice...  
Y a veces necesita moverse para  
soltar.





Una Dosis  
de Diván

## ★ TIEMPO PARA LA PALABRA

El duelo necesita relato...

Necesita ser dicho mil veces con  
distintas palabras.



# Una Dosis de Diván

## ★ **PERMISO PARA DOLER**

Es necesario que sepas que tenes  
que darte el permiso para la pérdida  
te duela....





# Una Dosis de Diván

**¿Qué vínculo tuviste desde  
pequeña con el silencio, la  
falta, el tiempo muerto?**

