

# ШЕСТЬ ЭТАПОВ СКОРБИ & ЭМОЦИИ

«Горе меняет жизнь с дорогой исцеления»

Работа 1: 6-22

Шок

Неверие

Боль

## DENIAL

Общий защитный механизм, который защищает от шока потери, подавляя нас к нашим эмоциям. Вспышка неверия: «Этого не происходит» или мрачная причина потери.

Первая волна неопишуемой боли, печали, изоляции, и можно попытаться продолжить с обычными рутинными или работой.

## ГНЕВ

По мере того как маскирующие эффекты отрицания стираются, наступает реальность, вновь появляется боль. Мы злимся на несправедливость боли и потери. Сильные эмоции заставляют нас винить семью, друзей, вещи или самих себя. Некоторые люди даже обвиняют Бога.

Вопросы «Кто виноват?» и «Почему это происходит (всплывает)?»

Время от времени мы обвиняем смерть в том, что она оставила нас непреднамеренно. Беспокойство распространено.



## ПЕРЕГОВОРЫ

Нормальной реакцией на чувство беспомощности и уязвимости часто является необходимость восстановить контроль с помощью ряда утверждений «Если только», таких как:

- Если бы мы раньше обратились за медицинской помощью ...
- Если бы только мы получили второе мнение от другого доктора ...
- Если бы мы только попытались стать лучше к ним...

Возникает чувство вины, сопровождаемое торгом, повторным появлением боли, высвобождающейся эмоцией вниз по спирали. Тайно, мы можем заключить сделку с Богом или с нашей высшей силой. Это самая тяжелая стадия скорби.

## ДЕПРЕССИЯ

ПЕЧАЛЬ  
ПЛАЧ

Сутонченный  
Конфиденциальность

СОЖАЛЕЕМ

Существует два вида горя от потери любимого: депрессия, травма и депрессия, изоляция. Человек может страдать от серьезного депрессивного эпизода в период тяжелой утраты или скорби, например, после потери любимого человека.

Тем не менее, ненормально для симптомов тяжелой утраты вызывать значительное функциональное нарушение, болезненную озабоченность бесполезностью, мысли о самоубийстве, психотические симптомы или психомоторную отсталость (замедление физических движений человека) в течение двух и более месяцев. Боль теперь реальность!

## ПРИНЯТИЕ

Это этап личного опыта. Нет горя то же самое. Мы примиряемся с собой, прощаем себя, но повторное появление боли все еще распространено.

Тем не менее, человек или группа людей признают, что это будет подъем в процессе исцеления для укрепления внутренней души.

На этой стадии прощение может наступить, если не быть осторожным, для человека (людей), который вызвал потерю близких.

Для освобождения необходимо настоящее освобождение.



ВНОВЬ  
ПОДТВЕРЖДАЕМ

## РАЗРЕШИТЬ/ВНУТРЕННЕЕ РАЗРЕШИТЬ

УПРУГОСТЬ

Заключительная стадия скорби, которая подтверждается устно или действием в начале потери любимого. Это значит успешно решать, прояснять, понимать или разрешать сомнения. ВНУТРЕННЕЕ отражение. Внешняя решимость или воля к жизни как способность к осознанному или преднамеренному действию или сила, чтобы определять и контролировать то, что мы делаем. Эта эмоция связана с Духом Устойчивости (из Царства Небесного Бога). Вера, я буду ...

- «Я принимаю то, что случилось, это имеет конец, я больше всего живу».



Вы страдаете от горя?  
Нужно с кем-то поговорить?  
Мы здесь для поддержки и комфорта.

(925) 392-5005

ПРИЗЫВ К ДЕЙСТВИЮ

©Destined For A Great Work, LLC  
All Rights Reserved