

Moje Etapy Żałoby

Opisz swoje uczucia związane z każdym etapem żałoby.

Zaprzeczenie: "To nie dzieje się naprawdę."

Gniew: "Dlaczego właśnie ja?"

Targowanie się: "Zrobię wszystko, żeby tylko tak nie było."

Depresja: "Po co mam dalej żyć po takiej stracie?"

Akceptacja: "Będzie dobrze."
