

Sevdiğimiz Birini Kaybettiğimizde

Hüzünlenmemiz ve ağlamamız gayet doğaldır.

Her insanın duyguları vardır. Hüzünlü anlarda birini kaybettiğimizde ağlamamız veya hüzün duymamız gayet doğaldır



Ölümü kanıksama süreci herkes de aynı olmayabilir

Her bireyin hislerinin süresi aynı olamayabilir. Kimi bireyler bir haftada kimi bireyler bir kaç ay sonra normale dönebilir.



Kaybedilen insanın ardından onun için iyi şeyler yapabiliriz.

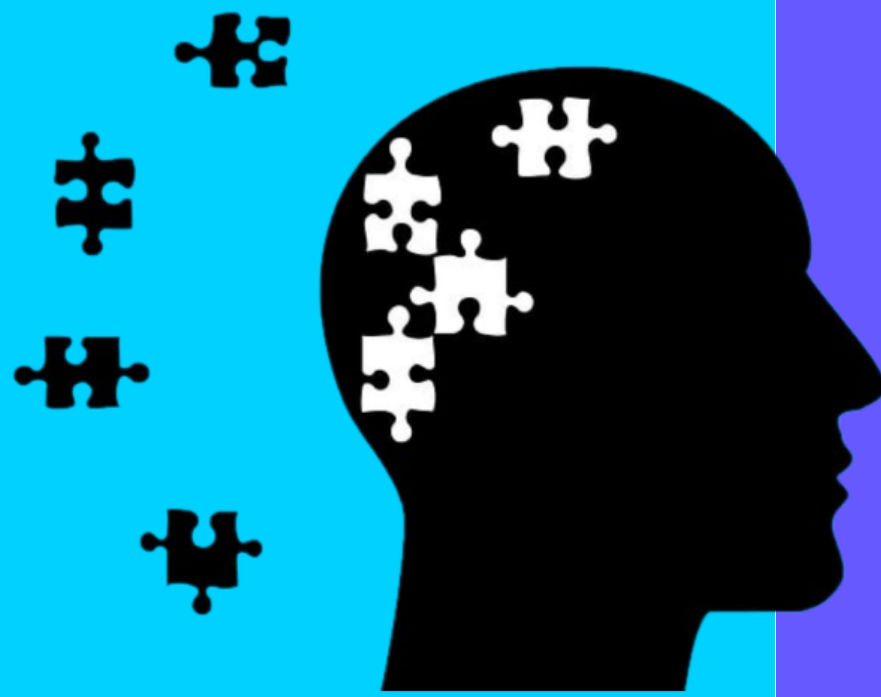
Onun için faydalı işler yapabiliriz, arkadaşlarını ziyaret edip onun hakkında güzel şeylerden bahsedebiliriz

Aksaray Bilsem

Geçmişe takılıp kalmamalıyız.

Geçmişe takılıp kalmak yerine ölen kişinin fikirlerini nasıl yaşatabiliriz ona odaklanabiliriz

Hayatın akışına dönemiyorsak uzman desteği almamız gerekir



acımız ne kadar büyük olursa olsun vücudumuza, zihnimize, ruhumuza ve çevremize karşı görevlerimiz var