Luto

- O que é

O luto é um processo provocado em resposta a uma perda que, e apesar de frequentemente estar associada à morte de um ente querido, pode surgir em detrimento de outros tipos de perdas – como a perda de emprego, fim de relacionamento, alguns acontecimentos e mudanças inesperadas na vida, entre outros. As experiências de perda e luto são muito individuais .

Mesmo que a perda desse alguém seja esperada, a pessoa sentir-se-á traumatizada, principalmente se o contexto da morte for envolto em violência.

* As cinco fases do luto

As experiências de perda e luto são, sobretudo, individuais, pois afetam e processam-se de forma diferente para cada pessoa.