

EKSEMPLER PÅ REAKTIONER PÅ SORG

FYSISKE	FØLELSER	TANKER
Ændringer i vejtrækning	Chok	Uvirkelighedsfølelser
Søvnforstyrrelser	Tristhed/fortvivelse	Problemer med at huske, koncentrere sig og bevare overblikket
Ændret appetit/trøstespisning	Angst/ængstelighed	Sanse- og oplevelsesforstyrrelser
Anspændthed	Aggression/vrede/irritabilitet	Grublerier
Nedsat energi/træthed	Skyld/skam	Tanker om ikke at klare det godt nok
Nedsat immunforsvar <i>øget tendens til sygdomme og infektion</i>	Afmagt	Optaget af tanker om død og den afdøde
Kropslige symptomer <i>f.eks. ondt i brystet og ændret hjerterytme, ondt i maven, hovedpine, kvalme, svimmelhed, udefinerbare smerter</i>	Nedsat lyst og interesse	Optaget af nye, fremtidige tab
	Håbløshed/modløshed	Bekymringer om fremtiden
	Ensomhed/forladthed	Selv mordstanker
	Savn og længsel	
	Nedsat selvfølelse	
	Selvbebrejdelse	
	Meningsløshed	
ADFÆRD	SOCIALE	OVERVEJELSER, DER SÆTTES I GANG AF TABET OM
Grådlabilitet	Utryghed	Livets grundvilkår
Uro/hyperaktivitet	Behov for anerkendelse	Mening
Aggression/irritabilitet	Øget behov for støtte, kontakt og samtale	Skyld/skam
Indadvendthed	Sensitivitet/irritabilitet	Alenehed
Misbrugsadfærd <i>f.eks. druk, grænseløshed</i>	Forladthed	Døden
Undgår aktivt minder om tabet	Fornemmelsen af at ingen forstår	Tro
Ritualisering <i>f.eks. daglige besøg på kirkegården eller undgår ændringer i afdødes ting</i>	Isolationstendens/ trækker sig fra relationer og aktiviteter	Frihed
	Besværliggjort kommunikation med andre	Valg