

EL CONCEPTO DE PÉRDIDA

Dios, de su gran variedad de dones espirituales, les ha dado un don a cada uno de ustedes. Úsenlos bien para servirse los unos a los otros. ¿Tienes el don de hablar? Entonces habla como si Dios mismo hablara por medio de ti. ¿Tienes el don de ayudar a otros? Ayúdalos con toda la fuerza y la energía que Dios te da. Entonces todo lo que hagan traerá gloria a Dios por medio de Jesucristo. ¡A él sea toda la gloria y todo el poder por siempre y para siempre! Amén. 1 PEDRO 4:10-11

PRINCIPIOS

1. Toda pérdida está asociada con el **DUELO**.
2. La adaptación a la pérdida es similar a un proceso de duelo.
3. Cada pérdida crea su propio conjunto de **NECESIDADES**.
4. La recuperación es completa cuando todas las necesidades propias de la pérdida han vuelto a ser satisfechas.
5. Las pérdidas físicas / materiales / relacionales son más fáciles de identificar y reemplazar.
6. Las **PÉRDIDAS INTERIORES** tienen que ver con ámbitos como la seguridad, la protección y la identidad. Pueden afectar la calidad de vida más profundamente que una pérdida física, y a menudo pasan inadvertidas.
7. La pérdida traumática puede conllevar daños, ser irreversible y/o abrumadora debido a una **PÉRDIDA DE CONTROL**.
8. La pérdida crea una ruptura en la vida: un **ANTES** y un **DESPUÉS**. Cuanto más profunda es la pérdida, más marcado suele ser ese «antes» y ese «después». Crea un desgarró en tu historia tal como la entendías hasta entonces.
9. Incluso las «cosas buenas» (como unas vacaciones en familia) pueden generar una sensación de pérdida (si son las últimas que viven juntos como familia).

Elementos clave por Erik Spruyt, Ph.D.