

Faire face à la mort d'un être cher

Quand quelqu'un qu'il aime meurt, une personnes ou un animal, l'enfant éprouve des sentiments difficiles

7P

L'enfant peut se sentir triste, en colère ou coupable. Il peut ne pas paraître affecté par cela. Ces réactions sont normales. Personne ne peut ramener l'être cher, mais il y a des moyens qui peuvent aider l'enfant à se sentir mieux, maintenant ou plus tard.

- Divisez la feuille en deux colonnes.
- Demandez aux enfants de colorier les images au verso et de les découper.
- Demandez lui de réfléchir à chaque image et de la coller dans l'une au l'autre des colonnes.
- Encouragez l'enfant à revoir ses choix régulièrement, aussi longtemps qu'il le souhaite et à déplacer les images selon ce qu'il ressent.

Cela m'aide à me sentir mieux

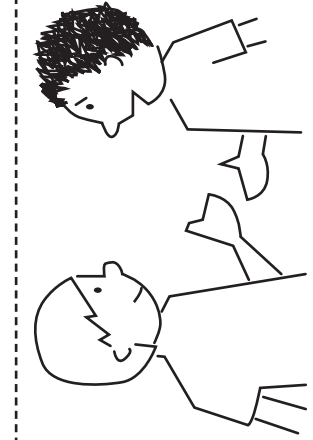
Cela ne m'aide pas à me sentir mieux

- Vous partagez le deuil de l'enfant que vous soutenez, il est important que vous soyez soutenu à votre tour.
- Vous vous questionnez sur comment parler de la mort à l'enfant, voici quelques recommandations

Pour parler de la mort à l'enfant

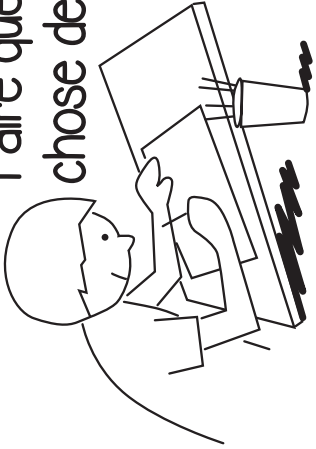
- Soyez ouvert à parler de la mort
- Laissez l'enfant vous dire ce qu'il pense et connaît au sujet de la mort
- Rectifiez ses fausses idées et apaisez ses craintes
- Ne le surchargez pas d'informations



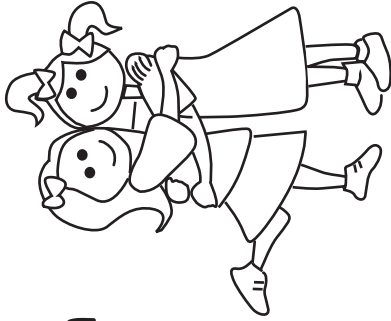


Parler à quelqu'un

Faire quelque
chose de chouette

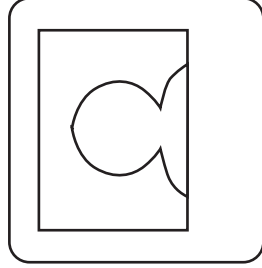
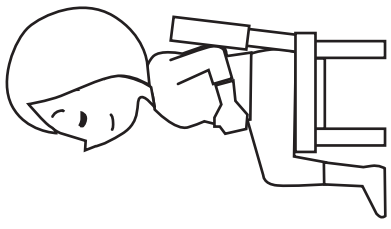


Faire un câlin

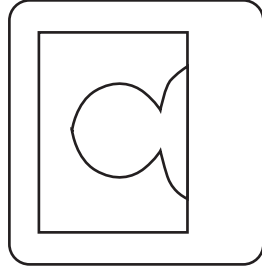


Faire un câlin

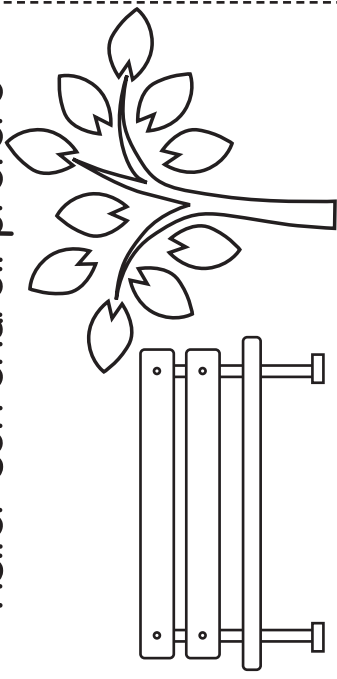
S'asseoir
tranquillement
tout seul



Regarder les anciennes
photos/videos

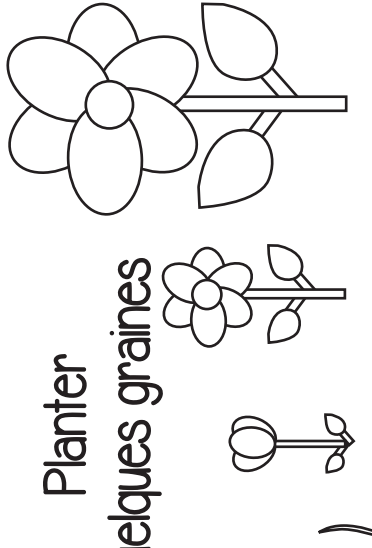


Visiter son endroit préféré

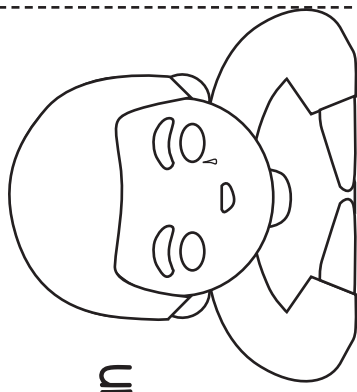


Planter

quelques graines



Aider quelqu'un
d'autre qui
est triste



Penser à
de joyeux
souvenirs



Pleurer

