

Zeszyt ćwiczeń dla dzieci

Od
7 do 11
lat





Dlaczego nasze dziecko nie żyje?

Czasami dzieci rodzą się zbyt wcześnie, ponieważ nie rozwinęły się prawidłowo w brzuszku mamy.

Czasami dzieci nie są gotowe do przyjścia na świat i są tak bardzo, bardzo małe, że nie mogą przeżyć.

Czasami ich ciało przestaje działać.
To nie może być ustalone.

Niczego nie czują, nie odczuwają również bólu.

Nikt nic nie może pomóc.

Nie jest to niczyja wina.

Zostaną one zapamiętane.



Jak się czujesz?

Kiedy ktoś umiera, towarzyszy nam wiele uczuć, niektóre z nich może nadejść w tym samym czasie, a czasami niczego nie czujemy.

Możemy czuć się szczęśliwi i smutni jednocześnie.

Możemy czuć się



Źli



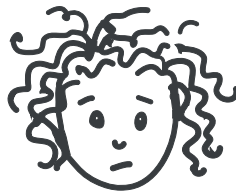
Szczęśliwi



Zmartwieni



Smutni



Zdezorientowani



Winni



Jak się dzisiaj czujesz!

Narysuj obrazek lub opisz, jak się czujesz.







W szkole

Kiedy poczujesz się gotowy, możesz powrócić do szkoły. Możesz poinformować swojego nauczyciela i przyjaciół o dziecku przed powrotem, jeśli dzięki temu poczujesz się bardziej komfortowo. Twój rodzic może pomóc Ci w rozmowie z nimi.

Robienie rzeczy, które zwykle robisz, może również sprawić, że poczujesz się lepiej, na przykład pójście do klubu po szkole lub hobby. Możesz się dobrze bawić, nawet gdy czujesz się smutny, w rzeczywistości może to wspomóc w robieniu miłych rzeczy.







Co lubisz robić, żeby się dobrze bawić!

Narysuj obrazek lub napisz listę rzeczy,
które lubisz robić.





Narysuj obrazek lub napisz listę wszystkich osób, które kochasz

Wszyscy ci ludzie też kochają Ciebie i są tu dla Ciebie.
Możesz z nimi porozmawiać i powiedzieć im, jak się
czujesz teraz lub w dowolnym momencie.

