

ANIMATION

Faire face à la tristesse

Chers parents,

Brindami aujourd'hui nous a parlé des moyens que l'on peut utiliser pour se reconforter lorsqu'on est triste. Il en a plusieurs et vous me connaissez si bien ! Depuis que je suis tout petit, vous savez me consoler. Dites-moi, que faisiez-vous lorsque je pleurais quand j'étais un bébé ? Maintenant que je grandis, j'hésite parfois à venir vous voir pour me sentir mieux. Pourtant, j'aime toujours me placer dans vos bras, me faire câliner, mais je sais que je peux aussi prendre mon toutou ou ma couverture, ou encore me bercer. *Brindami* va voir ses parents ou son éducatrice pour se sentir mieux. Il nous a dit que même les grandes personnes peuvent pleurer. Lorsque vous reconnaissez que je suis triste et que vous me consolez ou m'aidez à trouver un moyen pour me reconforter, je me sens compris et aimé.

