



Situation 3 : Chloé et Anton - Perte d'un animal de compagnie

Chloé a récemment perdu le chien de son enfance, Spot. Spot a fait partie de sa famille pendant 10 ans. Chloé est dévastée et passe des heures à pleurer dans sa chambre. Le chagrin est si fort qu'elle est incapable de dormir ou de manger.

Le chat d'Anton est mort l'année dernière. Le chat d'Anton faisait partie de la famille. Anton était triste mais comprenait que leur chat était vieux et malade. Ils ont tous été réconfortés de savoir que leur chat ne souffrait plus.

Questions :

1. Identifie le facteur de stress pour Chloé.

2. En quoi ce stress peut-il avoir un impact négatif sur Chloé ?

3. Comment ce stress pourrait-il être bénéfique pour Chloé ?

4. Chloé et Anton ont tous deux perdu un animal de compagnie (facteur de stress), mais ils vivent des expériences différentes. Expliquez comment et pourquoi vous pensez que Chloé et Anton gèrent la situation différemment.
5. Identifie les stratégies que Chloé pourrait utiliser pour prendre le contrôle de cette situation stressante.