

## Dialoguer avec un enfant

### Papa ou maman est malade...

Une grave maladie vient d'être diagnostiquée chez votre conjoint. Alors que vous êtes tous deux sous le choc et angoissés, la question d'informer vos enfants se pose inévitablement. Le silence et le mensonge ne les protégeront pas. Il est préférable de leur dire la vérité, mais une vérité adaptée, progressive, douce et compréhensible.

### Un secret de polichinelle

Pourquoi annoncer à l'enfant la maladie de son papa ou sa maman ? Pourquoi l'impliquer dans ce malheur, l'attrister et l'inquiéter, si l'on peut faire « comme si » ? La tentation de ne rien dire est grande. Si vous avez besoin de temps pour accepter vous-même le diagnostic, il est important que l'enfant soit **rapidement au courant**.

Même si vous pensez ne rien laisser paraître, s'il ne semble s'apercevoir de rien, l'enfant va **sentir que quelque chose « ne va pas »** :

- l'atmosphère de la maison s'est modifiée,
- vous êtes anxieux, triste, fatigué...
- la personne malade change physiquement,
- l'organisation familiale n'est plus la même (le malade reste à la maison, il va à l'hôpital, les vacances sont annulées...)

Il n'en connaîtra pas la raison et comme rien ne lui est dit, il n'osera pas poser de questions. Il laissera alors libre cours à ses pensées, imaginera des drames et deviendra très angoissé. Et quand l'enfant découvrira le mensonge, même par « omission », il perdra confiance en vous.

### Dire la vérité avec des mots « gentils », mais vrais

Idéalement, votre conjoint malade devrait parler à l'enfant en votre présence. A deux, il est souvent **plus facile** de **trouver les mots** justes. Il ne s'agit pas de lui asséner une vérité brutale. Expliquez **pas à pas** la situation, sans nécessairement entrer dans le détail dès la première conversation. Dites-lui d'abord que maman (ou papa) est malade, qu'elle (il) va être fatigué(e) pendant un moment, mais qu'elle (il) se soigne...

Expliquez dans les **grandes lignes** et avec des **mots simples** la maladie et les traitements. Prévenez votre enfant des **changements physiques** qu'il est susceptible de constater, comme la fatigue ou la perte des cheveux.

Bien sûr, il faut tenir compte de **l'âge de l'enfant**, de sa **maturité** et de sa **personnalité**.

### Au cours de la maladie : communiquez

Rassurez votre enfant sur le fait :

- qu'il n'est en rien responsable de la maladie,
- qu'il ne va pas « l'attraper »,
- que son parent malade l'aime, même s'il est souvent absent ou n'a plus l'énergie de s'occuper de lui comme avant.

**Laissez exprimer...** Si vous « craquez » ou pleurez, ce n'est pas un signe de faiblesse, mais d'humanité. Votre enfant le comprendra, dès lors que vous lui expliquerez pourquoi. Laissez-le également vous dire ce qui l'affecte, et si besoin, aidez-le à le faire.

### Les questions sur la mort

Après une phase de réflexion, votre enfant se mettra petit à petit à évoquer la mort. Il peut vous poser des **questions abruptes**: « Est-ce que papa va mourir ? ». Il est possible qu'il redoute de se retrouver seul, sans plus personne pour s'occuper de lui. Si vous refusez d'évoquer ce point avec lui, il sera profondément angoissé et en cas de décès, il ne sera pas préparé :

- Ne répondez pas catégoriquement. Expliquez-lui que son papa ou sa maman reçoit les traitements nécessaires.
- Faites-lui comprendre que chaque personne combat la maladie avec ses propres moyens.

S'il n'y a plus de traitements curatifs possibles, expliquez que « tout le monde a fait tout ce qu'il pouvait et savait faire pour soigner papa ou maman, mais qu'on n'y est pas arrivé ».

### Entrevue : Isabelle Moley-Massol

L'auteure de « *L'annonce de la maladie, une parole qui engage* » nous donne des clés essentielles pour comprendre les besoins de l'enfant lorsqu'un des parents est atteint. Le médecin psychologue nous donne des conseils pour mieux communiquer avec lui et l'aider à traverser cette épreuve.

#### **L'aide des spécialistes**

Si vous ne savez pas comment parler à votre enfant, sollicitez l'aide de votre médecin traitant ou d'un psychothérapeute. Certains établissements de soin proposent des consultations ou des groupes de parole pour les enfants de parents malades. Faites éventuellement appel à l'enseignant. Il sera préparé à d'éventuelles questions et pourra déceler des signes de mal-être chez votre enfant.

#### **L'adolescence, un âge difficile**

Votre ado est dans une phase délicate : tout en étant en opposition à ses parents, il a encore besoin de la sécurité qu'ils lui offrent. Ses réactions envers vous peuvent être extrêmes. Il est possible qu'il semble indifférent, devienne plus agressif ou refuse de parler de la maladie avec vous. Ne vous en choquez pas, c'est aussi une réaction de protection. Parlez-lui sans l'obliger à répondre. Veillez qu'il ait quelqu'un à qui parler, un autre membre de la famille ou un ami. L'important est d'éviter l'isolement et le repli.

*Emmanuelle Manck, rédactrice*