



Repères

Comment parler d'une maladie parentale à ses enfants ?

Le choc de l'annonce d'une mauvaise nouvelle à un enfant peut être atténué selon la manière dont on s'y prend.

Texte : ÉMILIE GILMER

Bien sûr, le bouleversement émotionnel généré par une telle annonce est inévitable.

Pourtant, selon les experts, la capacité de résilience des enfants est grande, à partir du moment où l'on transmet le bon niveau d'information, au « bon » moment, dans les conditions les plus sereines possible. Premier conseil : parler quand on a soi-même assimilé ce qui « nous » arrive. Si le message que l'on transmet est incertain (« je suspecte telle maladie »), on risque de provoquer une angoisse, alors même que l'on est sûr de rien. L'idée est plutôt de donner à son enfant des repères clairs (« J'ai passé des examens, je souffre de telle maladie, je vais suivre tel traitement pour me soigner ») tout en donnant des informations rassurantes sur la manière dont les choses vont se passer pour lui.

En effet, il est important que l'annonce de la maladie s'accompagne de « solutions » mises en œuvre pour assurer le quotidien et garantir sa sécurité affective et matérielle : « Quand je suivrai mon traitement, ce sont tes grands-parents qui viendront te chercher à l'école », « ta tante s'occupera de toi un week-end sur deux, etc. »

Certains parents, néanmoins, se sentent trop fragiles pour s'adresser directement à leur enfant. Dans ce cas, il est conseillé de faire appel à un tiers (un membre de son entourage, un médecin en qui l'on a confiance) pour aider à formuler l'annonce et éventuellement sécuriser l'enfant si les émotions des parents sont trop intenses. Celui-ci pourra expliquer qu'il est normal d'avoir envie de pleurer en de telles circonstances, de se sentir en colère ou révolté. De même, il est nécessaire de prendre garde au moment choisi pour faire cette annonce.

Laisser les questions venir

Mieux vaut éviter le soir avant d'aller se coucher. L'idée est de permettre à l'enfant de revenir vers ses parents, quelques heures après, pour pouvoir poser les questions qui le préoccupent. « Tu m'as dit ça tout à l'heure, qu'est-ce que ça veut dire exactement ? » Parfois, alors, les questions les plus « dures » arrivent dans un second temps : « Est-ce que ça veut dire que tu vas mourir ? » Des angoisses qui appellent des réponses simples, sincères, jamais de mensonge : « On n'en sait rien, mais on va tout faire pour que je guérisses. »



AVIS D'EXPERT



CATHERINE DEVOLDÈRE,
pédiatre et chef de service
au CHU d'Amiens

« **L'un des risques est d'en dire "trop".** Bien sûr les mots doivent être prononcés (par exemple, il s'agit d'un "cancer", le traitement s'appelle une "chimiothérapie"), mais il ne faut pas rentrer dans les détails (la description des effets secondaires par exemple), car cela va créer une grande angoisse chez l'enfant. Certains peuvent alors basculer dans un phénomène de "parentalisation", souhaitant protéger leur parent à tout prix, parfois en prenant en charge des choses trop lourdes pour eux. Le risque est qu'ils "quittent" l'enfance trop tôt. À l'inverse, penser que l'on "protège" un enfant parce qu'on ne lui dit rien de la maladie dont on souffre est une erreur. Les enfants "savent" parce qu'ils saisissent des bribes de conversation et ressentent que quelque chose ne va pas. Si on ne leur dit rien officiellement, ils se sentent trahis et se disent qu'ils ne sont pas dignes de confiance. Par ailleurs, comme les adultes, les enfants ont besoin de "se préparer". En effet, dans certaines situations où l'issue est malheureusement connue, parler avec son enfant l'aide à envisager la disparition de son parent. Le chagrin sera certes immense, mais le choc sera moins brutal. »

En pratique

En savoir plus

Guides

- « *J'ai des soucis dans la tête. Et si on en parlait ensemble ?* » pour les 8-12 ans et « *Et toi, comment tu vas ? Pour ne pas rester seule avec tes problèmes* » pour les 13-17 ans, édités par l'association **Sparadrap**.

