On te comprend **on est présent !**

PARLONS-EN OUVERTEMENT !

Parler du deuil avec un enfant, ce n'est pas toujours chose facile. Pour lui, c'est probablement un concept jusque-là inconnu et pour vous, peut-être **le sentiment d'être « pris de court »** face à des questions auxquelles aucun parent n'est véritablement préparé à répondre...

Pour vous aider à le faire au mieux, utilisez la méthode CLARTE :

Calme... Gardez votre sang-froid, même si vous n'êtes pas préparé;

L'honnêteté... Offrez-lui la vérité de manière à ce qu'il la comprenne bien;

Attention... Il pose une question pour une raison spécifique. Pourquoi veut-il savoir?

Rapidité... Ne tardez pas trop à lui offrir une réponse;

Tolérance... Il cherche ses repères, soyez indulgent;

Exactitude... Évitez les nuances et les métaphores. Soyez clair et précis.

N'oubliez-pas : si vous ne lui offrez pas de réponse, **il la trouvera ailleurs** et ce n'est peut-être pas celle que vous souhaitez qu'il ait...

Puisqu'une image vaut mille mots, imaginez le deuil comme un éléphant. Votre enfant est en train de se familiariser avec cet immense animal qui l'accompagnera toute sa vie. Il est donc essentiel de prendre le temps de l'apprivoiser...de faire en sorte qu'il soit le moins lourd possible...

Il se peut aussi que vous vous sentiez dépassé par la situation, mais sachez que VOUS N'ÊTES PAS SEUL, ON EST LÀ!

Marianne Jomphe >
Éducatrice spécialisée
Maison Des Familles La Cigogne

Parents - MRC de Lac-St-Jean-Est
Une initiative du Regroupement
Lac-Saint-Jean-Est 0-5 ans pour les 0-18 ans