

Attentats : comment en parler à ses enfants ?

Bernadette Lemoine et Véronique Lemoine-Cordier, psychologues et psychothérapeutes pour enfants, expliquent comment parler des attentats aux enfants, selon leur âge. Elles insistent sur une parole nécessaire et positive.

Faut-il corrompre l'innocente naïveté d'un enfant en lui parlant des attentats ?

Les parents ont à donner aux enfants le sens du réel, tout en ménageant leur sensibilité et leur incapacité à comprendre des sujets larges et complexes. Même si la réalité est douloureuse, même s'ils ne posent pas de question, et même vis-à-vis des plus petits. Les enfants sentent l'ambiance lourde qui les entourent, et ceux qui sont scolarisés vont entendre les discours de ceux qui auront tout vu et tout entendu. Les parents doivent les accompagner pour ne pas qu'ils se sentent écrasés. Les parents doivent être les premiers à en parler, et de la bonne façon. D'autant que les attentats peuvent réveiller des angoisses de séparation.

Faut-il raconter les faits (le nombre de morts, les terroristes qui se font exploser...) ou en rester aux généralités (il y a des terroristes fous...) ?

Selon l'âge, les parents doivent être plus ou moins explicites. Le fait de donner les grandes lignes, sans entrer dans les détails, va permettre aux enfants de poser des questions et aux parents de donner les réponses, si on leur demande des précisions. Il faut dire les choses en vérité, de façon globale et, selon les tempéraments et les intelligences, les questions viendront. Si elles viennent, cela signifie que les enfants sont capables d'accepter les réponses.

Concrètement que dire à quel âge ?

3 ans: Les parents vont rejoindre leur enfant dans ce qu'il ressent autour de lui. Voici quelques phrases à lui dire : « Peut être que tu sens beaucoup d'inquiétude, d'émotion et de tristesse autour de toi, ce n'est pas à cause de toi mais à cause d'une très mauvaise nouvelle qui nous bouleverse. Cette nuit, il y a eu beaucoup de personnes qui n'avaient rien fait de mal et qui sont mortes à Paris ». Certains enfants s'en contenteront et c'est très bien, mais on peut ajouter : « Sois tranquille, papa et maman continuent à te protéger du mieux qu'ils le peuvent s'il y a un danger ». S'ils demandent des détails, « Est-ce qu'il y a eu du sang ? » on peut répondre « Oui, quand une personne meurt, il y a du sang ». On peut répondre de façon atténuée mais toujours en vérité. S'ils demandent « Qui a tué les personnes ? », on peut répondre : « ce sont des personnes qui n'ont pas appris à aimer et à respecter les autres. A cause de gros bobos dans leur cœur, elles font des choses folles ».

10 ans: Les parents peuvent expliquer simplement les faits, et devancer les « pourquoi » et les « comment ». « Cette nuit, il y a eu des choses très graves, des personnes ont tué d'autres »... Ce qui ne veut pas dire qu'il faut se contenter d'une explication. A la question « Qui a tué ? », on peut poursuivre: « Quelques personnes à qui on a fait croire que la violence était la seule solution pour défendre et imposer leur religion à eux, mais pour nous la meilleure réponse c'est la prière et l'amour » S'ils sont inquiets à l'idée que d'autres attentats peuvent advenir, on peut leur dire : « Il y a l'armée et les forces de l'ordre qui sont là pour nous protéger, mais il est bon d'être toujours prêts et prudents parce qu'on ne sait jamais ce qui peut arriver. Mais la vie continue ». Il faut toujours un envoi vers la vie.

Et aux adolescents, qui ont accès à l'information continue ?

Ils sont au courant de tous les détails par les réseaux sociaux, on ne va rien leur apprendre mais nous avons à remettre en perspective les événements. S'ils avaient des amis de sortie à Paris, ils ont pu avoir l'impression que ça aurait pu leur arriver, mais on doit leur apprendre à réfléchir et à prendre du recul. Et à bien les écouter s'ils ont des réactions de haine et des désirs de vengeance. Mieux nous les écouterons sans jugement, mieux ils pourront nous suivre dans la réflexion que nous allons engager avec eux. Que leur suggérer ? « La violence engendre la violence et, historiquement, elle n'a jamais permis de gagner. Chacun doit faire ce qu'il a à faire avec le plus d'amour possible ». L'important est qu'ils restent en lien avec le Seigneur par la prière qui est la meilleure arme et qui permet de canaliser la colère qu'ils peuvent ressentir. Leur dire qu'il faut faire confiance et qu'ils auront toujours la grâce de vivre ce qui leur est donné de vivre.

Comment être croyant peut-il aider ?

Le croyant se tient prêt ! En rayonnant l'amour, en continuant à faire confiance et en se rappelant que le but ultime est la vie éternelle, non pas d'être dans son confort et sa tranquillité sur terre.

Comment parler de Dieu à ce moment ?

Les parents doivent parler de la tristesse de Dieu qui doit pleurer. Et en même temps, Il est proche de ceux qui souffrent et continue à nous donner la force de vivre, et de vivre dans l'amour et surtout, avant tout, il ne faut pas oublier de dire et redire que Dieu n'a pas voulu ça.

Source : <http://www.famillechretienne.fr/>