

# Attentats à Paris : comment en parler aux enfants ?

Le Monde.fr | 14.11.2015 à 17h14 • Mis à jour le 14.11.2015 à 19h00 | Propos recueillis par  
Mattea Battaglia

Une fin chaotique de match de football, des scènes d'émotion, des institutions fermées...  
Autant de manières par lesquelles les enfants ont été touchés par les attentats de vendredi soir.  
Jean-Luc Aubert, psychologue, spécialiste de l'enfant et de l'adolescent, donne des pistes aux  
parents sur la manière d'aborder la question en famille.

**Tous les foyers se sont réveillés, ce matin, partagés entre sidération et angoisse. Dans beaucoup d'entre eux, aussi, il a fallu répondre aux questions des plus petits. Comment parler des attentats avec les enfants ?**

Plus qu'à l'événement en lui-même, les enfants sont réceptifs à l'angoisse de leurs proches.  
La meilleure façon pour les parents d'aborder le sujet, c'est donc d'abord de gérer leurs  
propres angoisses. En étant vigilants à la présentation des faits, en évitant la mise en scène, la  
théâtralisation, la dramatisation...

**En parler simplement, d'accord, mais avec quels mots ? Terrorisme, fanatisme, islamisme... Jusqu'où aller dans les explications ?**

Il est préférable, auprès des plus jeunes, de rester simple, de résumer les principaux faits : « *Il y a eu des attentats à Paris, avec des morts.* » Avant l'âge de l'école primaire, il est inutile d'en dire plus. A un moment ou à un autre, à l'extérieur du foyer, l'enfant en entendra davantage. On pourra, alors, rouvrir la discussion à la maison, mais en évitant autant que possible de devancer les questions.

**Les enfants posent des questions auxquelles, souvent, les parents n'ont pas de réponse. Notamment « pourquoi ? ».**

On peut par exemple leur expliquer que ces attentats sont le fait de personnes « *très très très malades* », qui ne vont « *vraiment pas bien du tout* ». Qu'elles s'en prennent à d'autres pour des raisons que même les adultes ne comprennent pas toujours. Avec les plus petits, la répétition compte : on peut par exemple leur dire que ça concerne « *très très très peu* » de personnes dans leur ville. Cela résonnera dans leur tête, ils comprendront, même inconsciemment, le caractère exceptionnel de l'événement.

**Et quand l'enfant demande si un attentat peut frapper son parent, sa famille, lui-même ?**

Lui répéter que ça ne peut pas se répéter au quotidien. Qu'il n'y a « *pratiquement aucune chance que ça ne lui arrive jamais* ». Il vaut mieux toujours privilégier la « *parole vraie* », pour citer Dolto : être dans la parole la plus juste possible permet de maîtriser l'angoisse.

### **On a le réflexe de répondre à son enfant « N'aie pas peur ». Mauvais réflexe ?**

Je le répète : l'enfant n'aura peur que s'il ressent de la peur autour de lui. C'est du côté des parents qu'il y a une forme de sérénité à atteindre. Le petit enfant se fiche pas mal de ce qui est loin de son environnement, de ce qui n'est pas immédiat... et c'est tant mieux. Si l'entourage à la sagesse de maîtriser ses angoisses, c'est le meilleur des remparts. La meilleure des thérapies possibles.

### **Nos enfants vont être, ces prochains jours, confrontés aux images de la télévision, aux gros titres des journaux, à la radio... Comment les préserver ?**

Il est préférable de ne pas changer le quotidien – où le moins possible : ne pas priver l'enfant de télé s'il y avait droit jusqu'à présent, même si la surexposition aux écrans, aux images n'est évidemment pas souhaitable. Éviter les changements d'habitudes, les attitudes qui lui paraîtraient anormales et qui l'alerteraient. Entre enfants, le sujet va inévitablement s'imposer. Le parent peut être à l'écoute de ce que son enfant rapporte de l'école, de ses discussions avec ses camarades, son enseignant, en se gardant d'être intrusif. En privilégiant une attitude de neutralité, de tranquillité, de bienveillance. S'il n'y arrive pas, à lui de demander de l'aide à un médecin, par exemple.

### **Voyez-vous dans votre cabinet arriver des enfants marqués par l'actualité ?**

C'est parfois le cas des enfants précoces ou particulièrement angoissés, mais c'est resté assez rare jusqu'à présent.

Mattea Battaglia  
Journaliste au Monde