

L'actu du jour

Comment parler du coronavirus aux enfants ?

Impossible de ne pas entendre parler du coronavirus. Que ce soit dans les cours de récréation, à la télé, à la radio ou même via leurs enseignants, les enfants savent qu'un virus potentiellement mortel inquiète les adultes. Et de nombreux parents se demandent comment répondre aux questions de leur enfant sur le Covid-19. Nous avons demandé à Brune de Bérail, psychologue clinicienne et docteure en psychopathologie, comment parler du coronavirus avec les enfants.



1jour1actu : Faut-il demander aux enfants s'ils ont entendu parler du coronavirus ?

Brune de Bérail : Normalement, tous les enfants en ont entendu parler, au moins par leur enseignant. Il y a des mesures sanitaires et des informations qui ont été transmises dans les cahiers de liaison. Vous pouvez les relire ensemble et demander à votre enfant de vous raconter ce que son maître, sa maîtresse ou ses camarades lui ont dit, afin de comprendre ce que l'enfant a comme connaissance du sujet. Mais ne devancez pas ses interrogations, prenez d'abord le temps d'écouter sa vision.

Et si l'enfant a des questions précises ?

Brune de Bérail : Répondez-lui avec vos mots, regardez des vidéos ou des livres adaptés à son âge, qui expliquent ce qu'est un microbe ou la contagion. Vous n'êtes pas obligé d'avoir toutes les réponses. Dites-lui

que vous allez vous informer sur le sujet. C'est aussi l'occasion de revoir les moyens de se protéger, comme se laver les mains ou tousser dans le creux du coude.

Certains enfants peuvent avoir des camarades en quarantaine et s'inquiéter pour eux. Que peut-on leur dire ?

Brune de Bérail : Il faut expliquer que la mise en quarantaine est une mesure préventive. C'est un peu comme mettre un casque pour se protéger la tête à vélo. Et mettre un casque ne signifie pas qu'on va tomber de vélo. Il ne peut pas voir un camarade qui est en quarantaine, mais il peut l'appeler. Il verra ainsi que son copain ou sa copine va bien, qu'il fait des choses et qu'il peut toujours échanger avec lui. Expliquez-lui que, même si un enfant est en quarantaine, c'est une mesure préventive importante mais que, comme le casque de vélo, il y a très peu de chances qu'il soit malade ou que son état nécessite une hospitalisation. Vous pouvez aussi rassurer votre enfant en lui disant qu'il y a des hôpitaux spécialisés dans chaque département, avec des médecins qui savent comment traiter la maladie.

Quels conseils donneriez-vous aux parents ?

Brune de Bérail : Il vaut mieux éviter les chaînes d'information en continu, qui s'adressent à un public adulte et sont parfois alarmistes. Elles peuvent créer un sentiment d'angoisse. Donnez plutôt des faits objectifs, scientifiques et neutres. Pour se rassurer, l'enfant a besoin de concret et non d'un concept imaginaire abstrait. Il faut essayer d'expliquer ce qu'est une maladie et à quoi ça ressemble au quotidien : on est au lit, on a de la fièvre, on tousse, on prend des médicaments. Et, dans la plupart des cas, on guérit. Mais il faut le dire de manière rassurante, car avec le coronavirus, le plus contagieux, c'est la peur. Pour résumer, vous pouvez lui donner les informations concrètes dont vous disposez, mais l'émotion avec laquelle vous allez le faire est aussi importante que le contenu.

Norédine Benazdia

Retrouvez aussi notre dossier spécial qui **explique le coronavirus aux enfants**

[Consulter cet article sur le site 1jour1actu.com](https://www.1jour1actu.com)