



## Comment parler avec l'enfant du cancer d'un parent?

Un livret pratique sur la communication



# [ Table des matières ]

<b>Objectifs du livret.....</b>	<b>3</b>
<b>Quoi dire? .....</b>	<b>5</b>
<b>En général .....</b>	<b>5</b>
<b>Les traitements et l'hospitalisation .....</b>	<b>7</b>
<b>Les changements et les émotions .....</b>	<b>8</b>
<b>Par âge .....</b>	<b>11</b>
<b>Comment dire? .....</b>	<b>15</b>
<b>Avant la discussion .....</b>	<b>16</b>
<b>pendant la discussion.....</b>	<b>17</b>
<b>après la discussion.....</b>	<b>19</b>
<b>Réactions, questions et besoin .....</b>	<b>21</b>
<b>En général .....</b>	<b>21</b>
<b>Par âge .....</b>	<b>23</b>
<b>Que répondre aux questions ? .....</b>	<b>27</b>
<b>Ressources et références .....</b>	<b>28</b>

Ce livret a été réalisé par Aurore Liénard et Stéphanie Konings, de l'équipe de Bordet'n Family dans le cadre du projet :

**L'enfant face au cancer d'un parent :  
Une intervention psychologique destinée à soutenir la parentalité**



## Objectifs du livret

Ce livret a été développé suite aux nombreuses questions que se posent les parents et leurs enfants lorsqu'un membre de la famille est atteint d'un cancer. Cet outil est avant tout une aide proposée concernant le soutien à apporter à l'enfant.

Les parents se trouvent parfois démunis dans ces moments de bouleversements. En plus de se soucier de sa santé, le parent souhaite prendre soin de ses enfants et les protéger de la maladie. Deux défis surviennent alors : d'une part, continuer à soutenir l'enfant dans son développement et d'autre part, le soutenir par rapport à la maladie. Des préoccupations spécifiques viennent s'ajouter aux préoccupations classiques des parents : *Comment faire pour que ce soit le moins difficile à vivre pour mon enfant? Comment faire pour continuer à jouer avec lui quand on est fatigué? Qui ira le chercher à l'école quand je ferai mes traitements?*

Une des préoccupations importantes pour les parents concerne la communication avec les enfants autour de la maladie : *Comment annoncer le cancer ? Que lui dire ? Comment répondre à ses questions ? Comment va-t-il réagir?* Autant de questions légitimes et importantes à se poser pour pouvoir soutenir au mieux son enfant.

Parfois, les parents craignent que leur(s) enfant(s) soi(en)t perturbé(s) après une telle annonce. Ils s'inquiètent que la maladie affecte les habitudes familiales, l'éducation ou la réussite scolaire. Certains parents se questionnent dès lors quant à l'utilité d'informer leur(s) enfant(s) de la maladie.

Il est reconnu que parler ouvertement avec l'enfant de la maladie lui permet de se sentir aimé, protégé, considéré et soutenu. La communication autour de la maladie peut offrir un réel apaisement à l'enfant qui a besoin d'aide pour mettre des mots sur les difficultés qu'il perçoit. Il est donc conseillé de discuter de la maladie avec l'enfant de manière appropriée à son âge.

Par ailleurs, il est aussi essentiel, en plus des échanges, de maintenir au maximum l'environnement familial. A tout âge, l'enfant a besoin d'affection et de moments focalisés sur lui. Conservez les règles et limites que l'enfant a toujours connus ainsi que ses activités habituelles. Cela permet de renforcer l'environnement sécurisant.

Ce livret a été créé comme un support pour soutenir les parents dans la communication autour de la maladie avec leurs enfants. Des pistes sont notamment suggérées pour pouvoir s'adapter au développement de chaque enfant. Cependant, il reste fondamental que les parents puissent échanger entre eux, avec des proches et/ou des professionnels sur ce sujet.



## Quoi dire?

Dès l'annonce du diagnostic d'un cancer et ce, tout au long de la maladie, les parents se questionnent quant aux informations à communiquer à leur(s) enfant(s).

Il est conseillé de privilégier avec les enfants une communication ouverte autour de la maladie et cela, le plus tôt possible. Il s'agit de trouver un bon compromis entre, d'une part, le temps dont les parents ont besoin pour dépasser le choc de l'annonce, et d'autre part, l'importance d'informer les enfants.

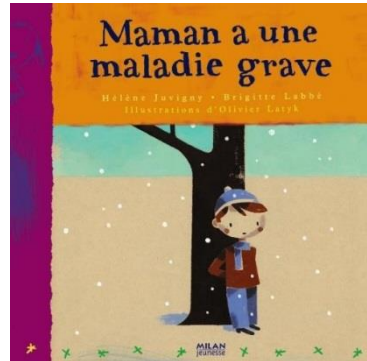
Même à un très jeune âge, l'enfant perçoit les changements d'attitudes, de routines, l'anxiété ou la tristesse des adultes. Lorsque des mots ne sont pas posés sur ceux-ci, l'enfant reste avec une perception angoissante de son environnement. Il peut imaginer une situation plus grave que la réalité. De plus, si l'enfant venait à apprendre indirectement la maladie, il peut penser qu'on ne lui fait pas confiance. L'enfant s'adapte mieux à une situation difficile lorsqu'il est tenu au courant de ce qu'il se passe de manière adaptée à son âge et lorsqu'il peut lui aussi communiquer à ce sujet.

*La communication permet d'aider l'enfant à gérer ses peurs, ses inquiétudes, à poser ses questions et à s'exprimer.*

Les échanges autour du cancer doivent être des petits moments au cours desquels une attention particulière est donnée à l'écoute des préoccupations de l'enfant ainsi qu'à la transmission des informations nécessaires. Ces échanges doivent être adaptés à chaque enfant et à chaque situation mais ne doivent pas être répétées quotidiennement.

## La maladie

Les informations à transmettre doivent concerner la maladie ainsi que les bonnes et mauvaises nouvelles qui surviennent. Nommez clairement les événements, les changements et ce que l'enfant peut observer. Pour cela, l'utilisation des mots justes, comme le mot « cancer », est conseillée lors des échanges. La crainte de l'utilisation des mots justes est souvent liée à la crainte du choc que peut susciter ces mots et donc bien souvent liée à la représentation que l'adulte en a.



*L'utilisation de mots simples et des termes spécifiques tels que « cancer » ou « chimiothérapie » permet de fournir une explication claire aux enfants et leur permet d'avoir des mots pour en parler.*

L'utilisation des mots justes permet à l'enfant de mettre un nom sur la maladie et de la différencier des autres maladies. Cela lui permettra, par exemple, de ne pas s'inquiéter de perdre ses cheveux lorsqu'il sera lui aussi "malade". De plus, le choix des mots justes permet aussi à l'enfant de se sentir autorisé à parler et à questionner. Enfin, cela lui permettra également de comprendre et de reconnaître les mots qu'il entend autour de lui (à la maison, à l'école, durant les visites à l'hôpital) sans s'en inquiéter davantage.

# Quoi dire?

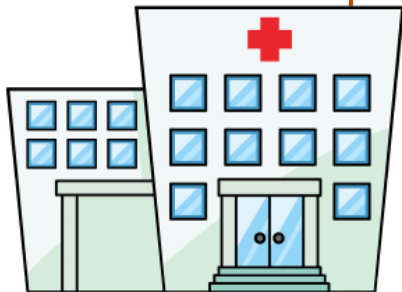
## Les traitements

Parler des traitements est une information essentielle pour les enfants car ils représentent ce que le parent fait pour se soigner. Expliquer le but des traitements maintient l'espoir et limite les craintes. Nommez les traitements en donnant des informations adaptées à l'âge de l'enfant. Evoquez également les effets secondaires, les implications dans le quotidien... L'utilisation de livres permet notamment d'illustrer les informations données.

Il est utile de se rappeler que la notion du temps est différente chez l'enfant. Les traitements peuvent alors lui apparaître comme étant des périodes très longues. Parfois, l'utilisation d'un calendrier peut permettre à l'enfant de visualiser les jours de traitements, la fin des traitements, les jours de fatigue et les jours "en forme".

## L'hospitalisation

Lorsque le parent est hospitalisé, il est nécessaire de parler de l'hospitalisation avec l'enfant et de le préparer à une éventuelle visite. Avant la visite, expliquez-lui à quoi ressemble l'hôpital, ce qu'on peut y voir et comment se trouve le parent (au lit, se déplace difficilement, présence d'une perfusion...).



Durant l'hospitalisation, il est essentiel de maintenir le lien entre le parent et l'enfant. Prévoyez des visites avec celui-ci ou des gestes qu'il peut réaliser pour son papa ou sa maman. S'il ne peut ou ne veut pas aller à l'hôpital, il peut participer à la décoration de la chambre, communiquer grâce aux appels vidéos ou téléphoniques, ...



## Les changements

Pensez à informer l'enfant des implications pratiques que le cancer aura sur lui et son quotidien (par exemple, la participation à l'étude après l'école, un autre adulte qui viendra le chercher...).

N'hésitez pas à rassurer l'enfant. Affirmez lui, par exemple, que si des imprévus surviennent, il ne sera jamais seul et qu'il y aura toujours quelqu'un pour s'occuper de lui.

## Les émotions

Parler des émotions permet de reconforter et rassurer l'enfant. L'identification des émotions n'est pas aisée pour les enfants plus jeunes. Ecoutez-le, validez ses émotions en l'aidant à mettre des mots dessus. Cela lui permettra de comprendre ce qu'il ressent. N'hésitez pas à le rassurer sur la manière dont il se sent et à le soutenir. Parfois, l'utilisation d'outils lui permet de faire le point sur les émotions. Vous pouvez utiliser pour cela certains livres, jeux, dessins...



*Quel que soit l'âge de l'enfant, les informations à transmettre doivent concerner la maladie, les traitements, les effets secondaires, les émotions et les changements de routine.*

## Quoi dire?

Lorsque l'on parle de la maladie avec l'enfant, son âge doit être pris en compte. En effet, la compréhension de l'enfant et ses besoins varient en fonction de celui-ci et de son développement.

Maintenez une communication ouverte dont les mots et informations donnés sont à adapter à l'âge de l'enfant. Pour cela, vous pouvez vous référer aux pages suivantes qui reprennent des conseils selon l'âge de l'enfant.



*Une communication ouverte et claire aide l'enfant à ne pas rester seul avec ses préoccupations.*



## Quoi dire?

# Moins de 3 ans

**De manière générale**, un enfant âgé de **moins de 3 ans** est en pleine découverte du monde qui l'entoure. Il vit dans le moment présent et comprend à peine la notion du temps.

**Concernant la maladie**, il ne comprend pas ses causes ou ses conséquences. Il remarque néanmoins les changements dans son environnement (routines, attitudes de son entourage, absence d'un parent, etc.) et y est réactif. Il peut ressentir que quelque chose ne va pas, même s'il ne connaît pas la nature du problème.

Pour un enfant de cet âge, maintenez un environnement sécurisant pour lui. Continuez à lui montrer votre affection. Maintenez la **communication et les échanges** entre le parent et l'enfant (lors des repas, soins...). Parlez de la maladie, de ses observations (état physique, absence du parent...), des traitements et des changements **en peu de mots, de manière claire et simple**.



## Entre 3 et 6 ans

**De manière générale, un enfant âgé entre 3 et 6 ans** est en période d'acquisition du langage. L'enfant devient capable de penser en terme symbolique et de se représenter des choses à partir de mots. Il comprend la notion de "aujourd'hui", "hier" et "demain", mais pas encore de "l'avenir". L'enfant a une vision du monde centrée sur lui. De cette manière, il peut croire avoir provoqué ce qui arrive à son entourage.

**Concernant la maladie**, il perçoit la maladie selon les changements concrets qu'elle occasionne. L'enfant peut croire qu'elle est provoquée par un événement extérieur ou par contamination. Ainsi, il peut craindre d'être lui-même atteint du cancer. Il peut également se croire responsable du cancer. L'enfant comprend, dans une certaine mesure, que la maladie peut menacer la vie, mais que le médecin et les traitements permettent de la soigner.

Pour un enfant de cet âge, maintenez le lien et l'affection qui lui sont portés. Permettez à l'enfant de **comprendre la maladie et ses conséquences** en parlant du cancer, des traitements, des effets secondaires, des émotions, de ses observations et des changements dans sa routine. Expliquez à l'enfant qu'il n'est **pas responsable** de la maladie. La communication doit être **claire, simple**, et peut intégrer les **émotions** ressenties.

## Quoi dire?

# Entre 7 et 12 ans

**De manière générale, un enfant âgé entre 7 et 12 ans** est en période d'apprentissage de ce qui l'entoure et veut comprendre comment fonctionnent les choses. L'enfant devient capable d'envisager des événements qui surviennent en dehors de sa propre vie. Il commence à conceptualiser et à créer des raisonnements logiques.

**Concernant la maladie**, l'enfant pense davantage aux faits qu'aux émotions. Il comprend la maladie selon ses observations. Il comprend qu'elle peut menacer la vie, mais également que les traitements permettent la guérison.

Pour un enfant de cet âge, continuez à maintenir le lien et l'affection qui lui sont portés. Utilisez **des informations concrètes** (nom de la maladie, symptômes, traitements et causes) et **répétez** l'information. **Expliquez le déroulement** des événements et ce que **l'enfant peut observer**. Enfin, expliquez- lui que **personne n'est responsable** de la maladie.

## Plus de 12 ans

**De manière générale**, un enfant de **plus de 12 ans** est en phase de bouleversement hormonal et de construction d'identité. Cet âge est marqué par le passage de l'enfance à l'âge adulte et le souhait d'indépendance.

**Concernant la maladie**, l'enfant comprend le rôle et le fonctionnement des organes. Il comprend l'influence de la maladie sur les organes. Il peut réfléchir quant à la maladie et à son impact sur l'ensemble de la famille. Enfin, son besoin d'indépendance peut être compliqué par le contexte de la maladie.



Pour un enfant de cet âge, communiquez avec lui de façon **ouverte**. Vous pouvez aborder avec lui l'incertitude de la situation en soutenant l'espoir. Les enfants de cet âge souhaitent recevoir des informations sur l'évolution de la maladie et le pronostic. Soyez **honnête** et accordez de l'importance à **sa parole** et à sa compréhension. Echangez par rapport aux **émotions**. Rassurez-le sur le fait qu'il peut passer du temps avec ses **amis** et continuer à s'investir dans ses activités.

## Comment dire?

Certains parents anticipent le fait de discuter de la maladie avec leur(s) enfant(s) et craignent la charge émotionnelle associée. Ils se questionnent alors sur la façon dont ils peuvent parler avec leur(s) enfant(s).

*Puisque l'annonce d'une mauvaise nouvelle comporte inévitablement un choc chez celui qui la reçoit, essayez d'amortir ce choc par une préparation et une communication ouverte et adaptée.*

Parler de la maladie avec son enfant nécessite de prendre du temps et ce, notamment pour réfléchir à ce qui sera abordé et à la manière de le faire. Ce temps est nécessaire quand vous devez initier la discussion et que vous devez annoncer la maladie, un traitement, une éventuelle évolution, une bonne ou mauvaise nouvelle. Cette partie reprend des conseils sur la manière de se préparer, sur la manière de mener la discussion ainsi que sur la manière d'être à l'écoute de l'enfant.





## AVANT LA DISCUSSION

Parler avec son enfant du cancer, même lorsqu'on est préparé, est quelque chose de difficile. Pour cela, la discussion ne doit pas être précipitée et le parent doit avant tout se sentir prêt.

Un temps de réflexion avant la discussion permet de se préparer, de penser à ce que vous souhaitez aborder, la manière dont vous voulez le faire, aux mots à utiliser, etc.

Ce temps permet également de réfléchir au moment et au lieu choisi pour tenir cette discussion ainsi qu'aux personnes qui seront présentes. Si possible, il est préférable que celle-ci soit faite en famille lorsque tout le monde est présent et dans un endroit tranquille où vous vous sentirez à l'aise. L'information peut par la suite être reprise individuellement avec chaque enfant selon ses questions, ses besoins, son âge et sa compréhension.



*Un temps de réflexion permet de préparer la discussion : réfléchissez à ce que vous souhaitez aborder, aux mots que vous pensez utiliser, à la personne qui fera l'annonce et aux personnes présentes.*

Ce temps permet donc de réfléchir, de se préparer émotionnellement, de trouver les mots et de se sentir soutenu. Imaginez-vous comment vous allez parler, soyez attentif à votre ressenti et faites-vous confiance. Si vous vous sentez dépassé ou démuni, n'oubliez pas que vous pouvez faire appel à un professionnel pour vous accompagner.

# Comment dire?

## **PENDANT LA DISCUSSION**

Pendant la discussion, adoptez un ton calme et rassurant, soyez clair, franc et honnête. Choisissez un langage adapté à l'âge de l'enfant et utilisez les termes corrects pour parler de la situation médicale. Adaptez-vous à son rythme : donnez lui le temps d'assimiler ce qui a été dit en évitant de donner trop d'informations en même temps.

Après avoir transmis l'information, voyez si l'enfant a compris et reprenez si nécessaire certains éléments. Demandez-lui comment il se sent à propos de ce qui a été dit. Soyez attentif à la manière dont il réagit. Écoutez-le attentivement. Demandez-lui s'il a des questions et accueillez chaque question chaleureusement.

Donnez-lui l'opportunité de parler de la maladie et de ce qu'il ressent. L'enfant a parfois besoin de quelques minutes, quelques heures ou jours pour réagir, poser ses questions ou réfléchir. Parfois, il ne souhaite pas réagir. Respectez ce souhait et rappelez- lui qu'il ne doit pas rester seul avec ses inquiétudes : il pourra toujours venir en parler quand il le voudra.

Durant la discussion, vous pouvez mettre des mots sur les émotions que vous ressentez ou que votre enfant peut observer. Cela autorise notamment l'enfant à s'exprimer. Parler des émotions est un geste de réconfort. N'hésitez pas à normaliser les émotions, à rassurer l'enfant et à maintenir son espoir ainsi qu'un environnement sécurisant tout au long de la discussion.

Si vous sentez que vous allez pleurer et qu'il sera difficile de continuer, prenez un moment pour vous arrêter et respirez longuement. Quand vous vous sentez plus calme, reprenez la discussion. Cela montre à l'enfant que les émotions difficiles peuvent être gérées.

*Mettez des mots sur les émotions suscitées par la discussion*

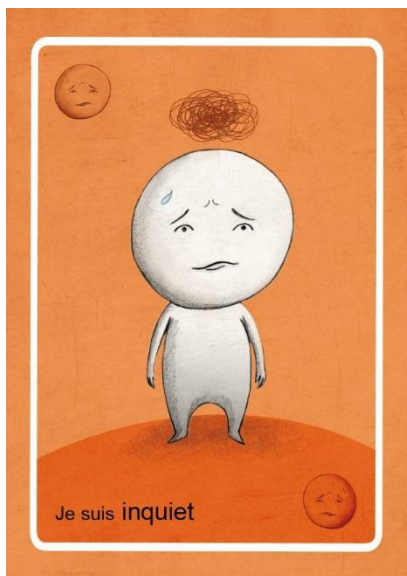
Ecoutez l'enfant et observez-le. Vous connaissez mieux votre enfant que quiconque. Soyez à son écoute, montrez-lui votre affection et observez son comportement. Après les échanges sur la maladie, continuez à discuter, à être présent pour lui, à vous intéresser à son quotidien, à ses activités,...



# Comment dire?

## APRÈS LA DISCUSSION

Après la discussion, il est important de laisser l'opportunité à l'enfant de reparler de la maladie et ce, notamment grâce à des moments d'échanges ou de jeux. Durant ces moments d'échanges, ne cherchez pas à tout prix à ce que votre enfant pose des questions sur la maladie. Continuez à vous intéresser à son quotidien, lui montrer de l'intérêt tout en respectant son envie de parler ou pas. Demandez également quelques jours plus tard comment il se sent, ce qu'il pense et s'il a des questions par rapport à la maladie. Une communication ouverte et claire aide l'enfant à ne pas rester seul avec ses préoccupations. De plus, il ne faut pas minimiser les bienfaits d'une activité partagée entre le parent et l'enfant. La lecture, le jeu, le dessin, les contes, la peinture, la musique, le sport... sont d'autres activités qui permettent d'exprimer ses émotions et de passer du temps ensemble.



Fédération des Centres Pluralistes de  
Planning Familial, Le langage des émotions,  
Bruxelles, 2014, disponible sur [www.fcpcf.be](http://www.fcpcf.be)

L'enfant peut entendre diverses informations sur la maladie, que ce soit par des amis, à l'école, à l'hôpital, à la télévision,... Encouragez-le à évoquer avec vous les informations qu'il reçoit et prévenez-le que ce qu'il entendra ne sera pas nécessairement vrai. Expliquez-lui que s'il entend une information différente de ce que vous lui avez dit, il est important qu'il vous en parle car les informations qu'il a entendues ne correspondent peut-être pas à la situation actuelle. Rassurez-le en disant qu'il sera tenu au courant des éventuels changements et qu'il peut toujours venir vous voir pour poser ses questions.

Les échanges autour de la maladie peuvent donc avoir lieu à différents moments. Néanmoins, les discussions autour du cancer ne doivent pas faire partie du quotidien de l'enfant sauf si la situation le nécessite.

*La communication autour du cancer doit être faite de petits moments spécifiques mais les informations ou les questions ne doivent pas être abordées quotidiennement.*



## Réactions, questions et besoin

Face à la maladie, les réactions des enfants sont diverses et variées. Même au sein d'une fratrie, des réactions tout à fait différentes peuvent être observées. Certains peuvent manifester de la colère, de l'agitation ou de la tristesse, d'autres des cauchemars, voire ne rien manifester. Les enfants peuvent également avoir des comportements de régression face au stress. Ils éprouvent des difficultés à s'endormir seul, font à nouveau pipi au lit, demandent plus souvent de l'aide aux adultes, éprouvent des difficultés à se rendre à l'école... Ce retour en arrière est une attitude possible de l'enfant confronté à une nouvelle situation qui lui procure probablement un certain stress. Ces comportements peuvent alors donner un sentiment de sécurité. L'enfant peut souhaiter retrouver l'attention qu'il pense avoir perdue, ou se sentir entouré et protégé par les adultes.

Soyez vigilant quant aux changements de comportement de l'enfant (dans son fonctionnement habituel ou dans son caractère) qui perdureraient et seraient le signe d'une détresse.

De nombreux comportements problématiques peuvent se résoudre lorsque des mots sont posés sur l'agitation et la complexité de la situation. Tout enfant a besoin de compréhension, d'explications claires et adaptées sur ce qui se déroule et doit pouvoir poser ses questions. Il a besoin que son ressenti soit nommé et normalisé, les inquiétudes verbalisées et le maintien des routines assuré (heure du coucher, du repas, présence à l'école et aux activités habituelles...).

*L'explication de la maladie et des changements avec des mots simples permet de réduire les inquiétudes et angoisses de l'enfant.*

Tout enfant a besoin de sécurité et d'affection pour pouvoir grandir et oser réaliser ses expériences. Il a aussi besoin d'attention et d'affection.

*Tout enfant a besoin de moments focalisés sur lui, du maintien si possible de ses activités quotidiennes et de ses activités parascolaires.*

L'école peut apporter un soutien important à l'enfant et à sa famille. Informer l'école quant à la situation médicale du parent permet de pouvoir accéder à ce soutien et être bénéfique à l'enfant et sa famille.

Enfin, les enfants veulent souvent se sentir impliqués et utiles. Ils souhaitent que les parents leur accordent leur confiance. C'est notamment pour ces raisons qu'ils aiment participer et aider leurs parents. Permettre à son enfant de donner un coup de main au quotidien sera bénéfique pour tout le monde. Cependant, cette participation doit être adaptée pour qu'il ne doive pas assumer des responsabilités trop importantes pour son âge.



Les tableaux suivants reprennent les réactions et besoins des enfants les plus fréquents selon leur âge. Ils reprennent également des conseils pour les soutenir par rapport à la maladie et aux enjeux développementaux.

# [ Réactions, questions et besoins ]

## Moins de 3 ans

Face à la maladie, un enfant âgé **de moins de 3 ans** peut exprimer des comportements de plus petits (par exemple, des difficultés pour manger, dormir seul...), de l'agressivité ou de la colère et ce, notamment envers le parent malade. Il peut se montrer sensible à la séparation avec ses parents.

**Un enfant de moins de 3 ans** a besoin **d'affection, de sécurité** et de **confiance** c'est-à-dire une présence rassurante qui continue à s'occuper de l'enfant, une constance dans ses routines, la présence d'objets réconfortants... Il a besoin de **passer du temps** avec ses parents. Le lien avec le parent malade doit être maintenu et il peut se montrer soutenant avec lui grâce à des petits gestes adaptés à son âge (lui apporter un oreiller, lui faire des gestes affectueux, faire une sieste à côté de lui...)





## Entre 3 et 6 ans

Face à la maladie, **un enfant âgé entre 3 et 6 ans** peut exprimer de la culpabilité, de l'anxiété, de la colère et/ou de l'agressivité. Il peut notamment se croire responsable du cancer. Il peut se montrer sensible face à la séparation, à l'anxiété de ses proches, aux changements de règles et de routines (coucher, repas, école et activités habituelles). Il peut exprimer des comportements régressifs (dans son alimentation, son sommeil...), des symptômes physiques (maux de ventre, de tête...) ou des difficultés de sommeil et d'alimentation. Enfin, l'enfant peut montrer un certain retrait social ou encore des comportements « trop sages ».

**Un enfant âgé entre 3 et 6 ans** a besoin d'être **rassuré** quant au fait qu'il y aura toujours quelqu'un pour prendre soin de lui. Il est nécessaire de privilégier des **moments d'échanges** autour des questions qu'ils se posent et de ses émotions concernant la maladie, mais aussi d'autres sujets. Il a besoin de **moments de distraction et d'affection** ainsi que de **sécurité et de constance** (maintien des routines, des règles et limites). Il aime rendre visite au parent hospitalisé, **se sentir impliqué** et participer au quotidien dans le contexte de la maladie grâce à de petits gestes appropriés à son âge (apporter un verre d'eau, faire des dessins, des bricolages, des gestes affectueux...)

## Entre 7 et 12 ans

Face à la maladie, un **enfant âgé entre 7 et 12 ans** peut exprimer de la colère, de la culpabilité, un sentiment d'injustice, des inquiétudes, de la tristesse. Il peut poser de nombreuses questions et réagir négativement face aux changements et aux conséquences de la maladie. Certains enfants ont des difficultés scolaires ou se plaignent de symptômes physiques (maux de ventre, de tête...). Il se peut qu'il ait peur du rejet de ses camarades et rapporte une certaine gêne par rapport à l'apparence physique du parent malade.

**Un enfant âgé entre 7 et 12 ans** a besoin de **moments d'échanges** autour de ses questions et émotions concernant la maladie, mais aussi sur d'autres sujets. Il a besoin de **moments de distraction** (activités parascolaires, visites d'amis...) et **d'affection**. Il a besoin d'être **rassuré** et de savoir qu'il sera prévenu de tout changement et qu'il y aura toujours un adulte pour prendre soin de lui. Il aime rendre visite au parent hospitalisé et **participer** au quotidien de la famille. Il peut s'impliquer en ayant davantage de responsabilités et en réalisant des tâches valorisantes adaptées à son âge (aider à la préparation du repas, ranger sa chambre, mais également des petits gestes adressés au parent comme écrire un poème, faire un dessin...).

## Plus de 12 ans

Face à la maladie, **un enfant âgé de plus de 12 ans** peut exprimer une sensibilité aux changements et une crainte face à certaines conséquences de la maladie (difficultés financières, solitude du parent...). Il peut rapporter des changements d'humeur, de l'isolement et des difficultés avec ses camarades. Certains enfants peuvent avoir des comportements dangereux ou abuser de substances (alcool, tabac...).

**Un enfant âgé de plus de 12 ans** a besoin d'être **écouté**, de passer du temps en **famille** et de **communiquer** sur la maladie. Un enfant de cet âge demande à être **indépendant**, mais souhaite passer également du temps avec ses **parents**. Il a besoin d'affection, de **limites**, d'autorité et de sécurité. Il est en demande de se **distraindre** et de pouvoir continuer ses activités en passant du temps avec ses **amis**. Il a besoin de la confiance de ses parents, avoir certaines **responsabilités** et être impliqué dans les décisions familiales. Il peut notamment se sentir fier de contribuer au bien-être de la famille en participant par exemple à quelques tâches domestiques.

# Réactions, questions et besoins

## QUE RÉPONDRE AUX QUESTIONS ?

Comme il a été dit tout au long de ce livret, il est nécessaire d'être attentif et à l'écoute face aux préoccupations ou aux questions de l'enfant. Les questions de l'enfant peuvent être variées et concerner de nombreux thèmes (la maladie, ses conséquences, l'avenir...).

Ecouter les questions ou préoccupations de l'enfant peut susciter des émotions difficiles. Les parents se sentent parfois démunis face à certaines questions et ne savent pas quelle réponse donner. Parfois, les parents ne peuvent pas répondre directement aux questions parce qu'ils n'ont pas la réponse ou parce qu'ils ont besoin d'un temps de réflexion. Ecoutez l'enfant et expliquez-lui que la question nécessite de prendre du temps pour réfléchir ou vous renseigner et que vous répondrez par la suite. Cela permet à l'enfant de comprendre que les parents n'ont pas toujours les réponses, mais font leur possible pour l'aider. Cela permet également de le rassurer quant au fait qu'il puisse poser toutes ses questions.

Après l'annonce d'une nouvelle, l'enfant peut exprimer certaines craintes et questions. Il perçoit l'incertitude, l'insécurité ou le changement associé à la situation et peut se questionner quant à la gravité de celle-ci. Des questions viennent alors à l'esprit de l'enfant telles que *Est-ce que tu vas guérir ? Est-ce que tu vas mourir ?*

Face à une maladie grave, un enfant peut s'inquiéter de la mort du parent et peut hésiter quant au fait d'en parler.

Si l'enfant se questionne sur la guérison du parent, l'échange doit être adapté aux circonstances de la maladie et à l'âge de l'enfant. L'environnement sécurisant et affectueux doit être maintenu. Vous pouvez par exemple lui expliquer que le cancer est une maladie grave et que c'est pour cela qu'il faut être soigné à l'hôpital. Expliquez à l'enfant que toutes les personnes impliquées font tout ce qu'elles peuvent pour soigner le parent.

La question de la mort est une question générale et normale que se pose chaque enfant au cours de son développement. Parler de la mort avec son enfant, permet de l'aider à y réfléchir, l'aider dans son développement et lui permettre de grandir.

*Rappelez à l'enfant de l'importance de ne pas rester seul avec ses inquiétudes : il pourra toujours venir parler quand il le voudra.*

Lorsqu'un parent est malade, l'enfant peut se questionner au sujet de la mort de celui-ci et évoquer certaines préoccupations. Parler de la mort permet alors d'aborder ses craintes. Les échanges doivent s'adapter à la situation médicale et à l'âge de l'enfant. Avec un enfant plus jeune, il est préférable de se montrer davantage rassurant, alors qu'avec un adolescent, il est préférable d'être plus ouvert et d'aborder l'incertitude de la situation. Néanmoins, durant ces échanges et quel que soit l'âge de l'enfant, maintenez un environnement sécurisant et montrez lui votre affection.

Lorsque malheureusement la maladie est plus grave, et que la question de la mort devient une préoccupation essentielle, des professionnels ou d'autres livrets peuvent être consultés.



# Ressources et références

## OÙ ET QUAND TROUVER DE L'AIDE ?

Ce livret est une aide proposée, mais il reste fondamental que les parents puissent échanger entre eux ou avec des proches. Si vous vous questionnez quant à la communication autour de la maladie ou que vous souhaitez une aide pour co-construire un soutien à apporter à l'enfant, n'hésitez pas à demander conseil à un professionnel tel qu'un psychologue.

La vie des patients est pendant plusieurs mois organisée autour du monde médical et rythmée par des consultations, des examens, des soins et des hospitalisations. L'affection cancéreuse a des conséquences physiques, psychologiques et sociales. Si certains s'adaptent à la maladie, les difficultés émotionnelles, le stress et la détresse psychologique sont fréquents. Or, il est important pour vous, pour votre famille et vos enfants que votre qualité de vie soit préservée. Si vous vous sentez en difficulté face aux enjeux de la maladie, préoccupé ou débordé, vous pouvez faire appel à un professionnel pour vous accompagner tout au long de votre parcours. Ce professionnel pourra vous aider à faire face aux difficultés et vous soutenir.

De plus, plusieurs endroits sont mis à votre disposition tels que des espaces de consultation, des « espaces enfants », des centres de santé mentale, etc. L'école est également une ressource importante pour les enfants confrontés à la maladie d'un parent.

Le service de psycho-oncologie de l'Institut Jules Bordet offre un espace destiné aux enfants et aux familles dont un membre est atteint d'un cancer. Cet espace est un lieu d'accueil et d'écoute des familles gratuit ouvert tous les mercredi après-midi de 14h à 18h. Pour toute information concernant les activités de Bordet'n Family ou le service de psycho-oncologie, veuillez contacter le secrétariat de la clinique de psycho-oncologie au **02/541.33.26**.

## LIVRES ET ACTIVITÉS

Les livres peuvent s'avérer très utiles lors des échanges avec les enfants. Ils permettent d'aider à expliquer et clarifier certains propos. Les livres qui abordent le cancer permettent notamment d'aider l'enfant à comprendre la maladie, les émotions, les changements... et permettent également à l'enfant de se projeter dans le héros. La lecture doit se réaliser entre le parent et l'enfant et permet ainsi d'instaurer un moment de partage.

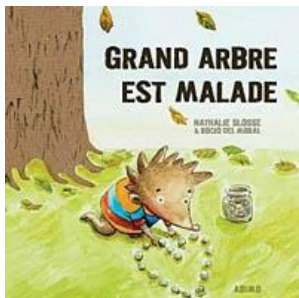
Des livres abordant différentes thématiques existent et sont facilement accessibles. Différentes catégories de livres peuvent s'avérer utiles lorsque l'on parle de la maladie avec son enfant : des livres sur la maladie, sur les émotions, sur le lien entre le parent et l'enfant,... Les pages suivantes reprennent certains livres qui permettent d'aborder la maladie avec l'enfant. Ces livres sont à choisir en fonction de l'âge de l'enfant et selon les préférences de chacun (narration, dessins, histoire...). La liste reprise est non exhaustive. N'hésitez pas à consulter la liste d'ouvrages publiée par la Fondation contre le Cancer sur le lien ci-dessous :

<http://www.cancer.be/aide-aux-patients/cancer-comment-en-parler-aux-enfants>

D'autres activités peuvent être réalisées avec les enfants et permettent d'échanger sur la maladie, les émotions ainsi que maintenir le lien avec le parent. Des exemples d'activités sont repris dans les pages suivantes.

# Références et ressources

## LIVRES :



### **Grand arbre est malade**

Nathalie SLOSSE  
Abimo, 2009, 36 p.

Ce livre aborde l'histoire d'un arbre dont on a découvert des petits vers sous son écorce et Frimousse, un petit hérisson qui en est bouleversé. Grand arbre va avoir plusieurs traitements notamment ressemblant à la chimiothérapie et radiothérapie. Les jeunes enfants partagent l'expérience de Frimousse qui a un proche frappé par la maladie.

**A partir de 4 ans.**



### **Maman a une maladie grave**

Héléne JUVIGNY, Brigitte LABBE &  
Olivier LATYK  
Editions Milan, 2007, 26 p.

Ce livre aborde l'influence de la maladie dans le quotidien de l'enfant (émotions, changements, questions...) et permet d'aider à comprendre ce qui se passe à l'intérieur de soi.

**Dès 6 ans.**





### **Dis maman...**

Anne DE LA BRUNIERE et Sarah DAUCHY  
Nane Editions, 2012, 24 p.

Ce livre a été imaginé pour les familles touchées par la maladie d'un parent et dans lesquelles on craint une séparation. Le livre n'évoque pas directement la maladie ou la mort et veut apaiser les peurs. Il aborde la crainte de la séparation, l'acquisition de l'autonomie et travaille l'échange entre le parent et l'enfant.

**A partir de 6 ans.**



### **L'année où ma mère est devenue chauve**

Ann Spueltz  
Dominique Compa, 2007, 63 p.

Récit raconté à travers les yeux de Claire, 9 ans. Le personnage livre dans son journal intime ses préoccupations d'enfant et ses inquiétudes face au combat de sa mère contre le cancer. Ce livre parle du diagnostic et des traitements, des tabous et des mythes qui entourent la maladie, mais aussi des ressources que l'on peut trouver en soi et à l'extérieur de soi.

**De 8 à 12 ans.**

# Références et ressources

## ACTIVITÉS

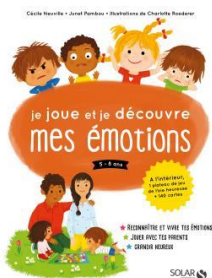


### Le langage des émotions

Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial.

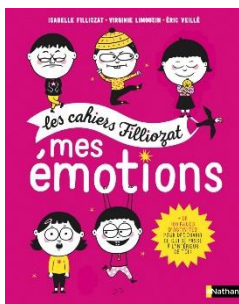
Bruxelles 2014

Disponible sur [www.fcppf.be](http://www.fcppf.be)



### Je joue et je découvre mes émotions

J. Pambou et C. Neuville, Editions Solar.



### Mes émotions, Les Cahiers Filliozat

I. Filliozat et V. Limousin., Editions Nathan.



### **L'expression des besoins**

Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial.

Bruxelles, 2015

Disponible sur [www.fcppf.be](http://www.fcppf.be)

### **D'AUTRES IDEES ...**





---

Ce livret\* a été réalisé par Aurore Liénard et Stéphanie Konings de l'équipe de Bordet'n Family dans le cadre du projet :

**L'enfant face au cancer d'un parent :  
Une intervention psychologique destinée à soutenir la  
parentalité**

Pour toute information concernant le livret ou les activités de Bordet'n Family veuillez contacter le secrétariat de psycho-oncologie au 02/541.33.26.

Avec le soutien de la commission communautaire commune de la région Bruxelloise



**COMMISSION COMMUNAUTAIRE COMMUNE  
GEMEENSCHAPPELIJKE GEMEENSCHAPSCOMMISSIE**

\* Tous droits réservés. La reproduction de ce document, en entier ou en partie, est interdite sans l'autorisation expresse et écrite de l'équipe de Psycho-Oncologie de l'Institut Jules Bordet.