



QUAND UN ENFANT N'A PAS ENVIE DE SE CONFIER ET NE VEUT PAS PARLER

Il arrive que des enfants ne souhaitent pas parler et se figent dans le mutisme suite à une blessure émotionnelle, une dispute ou encore une maladresse. Comment accompagner un enfant qui n'a pas envie de se confier sans le forcer ni rompre le lien ?

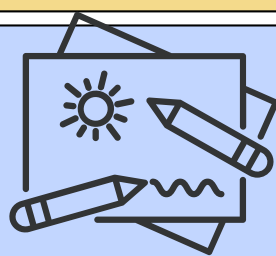
RAISONNER EN TERMES DE COMPORTEMENT

Un enfant qui ne veut pas se confier a peut-être **honte** ou **peur** (de notre réaction ou des **représailles** d'autres). Il est peut-être trop en colère ou trop triste. Il a peut-être besoin d'un câlin, d'une présence non jugeante, d'une personne auprès de qui il peut pleurer, de solitude, de **temps** avant de pouvoir réfléchir.



RECONNAÎTRE LE BESOIN DE RETRAIT

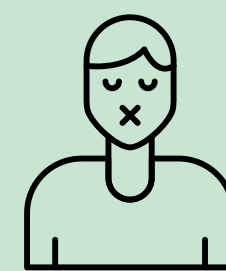
Des stratégies comme la solitude, le retrait, l'introspection peuvent être des moyens de **vivre ses émotions passagères** tout à fait sains. On offre une **disponibilité** : "*Je t'aime et je vois que quelque chose ne va pas. Tu préfères rester seul.e pour le moment. Si tu as envie d'en parler plus tard, je serai disponible.*" Le fait qu'un enfant ne veuille pas se confier n'est **pas un problème en soi**, mais peut le devenir quand on a l'intuition que le problème est grave et que l'enfant **se braque ou se retire quand on aborde le sujet**.



PASSER PAR DES MOYENS DÉTOURNÉS

- **Dessiner** ce qui fait peur, ce qui gêne, ce qui met en colère.
- Jouer à **Dixit**, un jeu de société à partir de 8 ans. Avec le support des cartes, les enfants inventent des histoires et racontent un peu d'eux-mêmes indirectement.
- **Lire une histoire qui parle des émotions**, qui met en scène un personnage qui rencontre le même type de problématique.
- **Rejouer la situation** avec des poupées, des Legos ou tout autre jouet d'imitation.

RÉFLÉCHIR À NOTRE PROPRE MANIÈRE DE DÉVOILER NOTRE VULNÉRABILITÉ



Il peut être utile de réfléchir à **nos habitudes** et à ce que nous donnons à voir (et donc à imiter) à nos enfants.

- Est-ce que je parviens à **parler de moi**, de ma tristesse, de ma colère, de ma peur ?
- Est-ce que je **donne envie à mon enfant de se confier à moi** (ou a-t-il peur de se confier par crainte d'une punition, d'un isolement, d'une leçon de morale...) ?

EXPLORER DES CAUSES NON ÉMOTIONNELLES

Il peut être intéressant de faire un pas de côté et d'explorer des causes non émotionnelles (à explorer avec un **médecin**) et notamment :

- un **trouble du neurodéveloppement** (du type trouble du spectre autistique, trouble déficit de l'attention, trouble de l'efficacité intellectuelle) ;
- un **trouble de l'apprentissage** (dys et notamment une dysphasie) ;
un **trouble visuel** ou un trouble **auditif**.

L'important est de ne juger ni l'attitude de l'enfant ni son émotion. Une attitude efficace est plutôt une attitude douce, empathique et rassurante sans chercher à forcer un enfant ou à prendre en charge son problème avec des "Mais pourquoi tu te sens comme ça ?" ou des "Parle-moi" insistants.