

# COMMENT CONSOLER UN ENFANT ?



La consolation n'est ni de la politesse, ni de la gentillesse : c'est une manifestation de l'amour et la compassion.

Un enfant consolé se sent **moins seul** au monde et fait l'expérience qu'il peut compter sur son entourage en cas de difficultés. Par là, il apprend qu'il peut **échouer** et se faire **mal** sans crainte, car la **certitude du réconfort** existe.



## Une présence indéfectible

Offrir une sorte de "**silence habité**" et une attitude corporelle chaleureuse, avant même de parler.

## L'affection démontrée

Sous forme de mots simples, comme "Je t'aime" et "Tu es en train de me parler de choses difficiles, et c'est bien normal de pleurer. Tu peux laisser toutes tes larmes couler, je suis là."



## Du soutien matériel

Sous forme de petites attentions ou de gestes non intrusifs (que l'enfant peiné peut refuser)

## L'art du bon moment : ne pas se précipiter en paroles réconfortantes



Il est inefficace de prononcer trop tôt des paroles réconfortantes ou des conseils parce que l'enfant à réconforter risque ne pas se **sentir écouté** dans sa singularité et de penser que l'adulte veut surtout se soulager de son propre inconfort face à la tristesse, qu'il a hâte de se débarrasser de cet inconfort.

## Consoler, c'est souhaiter alléger la peine (et non pas effacer le vécu ou le ressenti)

Offrir une consolation est un **pari** : les mots peuvent être maladroits, mal reçus par l'enfant ou inefficaces. Il se peut que la consolation soit **dérisoire**. Cela ne veut pas dire qu'elle est inutile, mais simplement qu'elle met du **temps** à trouver son chemin. Consoler, c'est vouloir que **la peine d'autrui ne soit pas vécue dans la solitude**.