

2.8 Maladie de l'un des parents

Lorsque l'un des parents tombe malade, le quotidien de la famille est soudain bouleversé. En cas de maladie grave, il peut être utile de faire appel à des professionnels (psychologues, services de consultation familiale) en plus du soutien médical pour que tous les membres de la famille puissent exprimer leurs soucis et leurs besoins. Les parents peuvent par exemple demander conseil à une personne professionnelle concernant les mots à utiliser avec les enfants et le moment adéquat pour leur donner des informations pénibles.

Niveau organisationnel

- Avoir conscience que plus les enfants sont jeunes, plus l'organisation est difficile.
- Accepter de l'aide et réfléchir de manière pragmatique aux personnes qui pourraient aider. Certains parents ont de la peine à demander du soutien ou à admettre qu'ils ne peuvent pas faire face à la situation actuelle. Dans ces moments, un changement de perspective peut s'avérer utile: seriez-vous prêts à aider votre voisin, votre sœur, etc. qui se trouverait dans une telle situation? Ou imaginez que votre enfant est adulte et se sent malade comme vous maintenant. Souhaiteriez-vous qu'il ose demander du soutien? Comment pouvez-vous

lui apprendre à ressentir et à accepter cela?

- Faire une liste des personnes qui ont du temps la semaine et sont prêtes à cuisiner, faire le taxi, etc.

Modifier son attitude et ses attentes

- Les parents qui parviennent à accepter qu'il s'agit d'une situation exceptionnelle et cessent de réduire leurs objectifs sont capables de modifier leurs attentes et de ne pas se mettre la pression.
- Parfois, il est difficile de concilier «éducation conséquente» et «guérison». Les parents qui prennent leurs propres limites au sérieux et fixent des priorités sont un modèle précieux et important pour leurs enfants. «Aujourd'hui, je ne vais pas arriver à faire cela» ou «Pour moi, il est plus important maintenant de reprendre des forces que d'entrer en conflit avec toi, donc tu as exceptionnellement le droit de faire ceci.»
- Dans les moments où tout est différent, les enfants ont l'opportunité de faire de nouvelles expériences, de devenir plus autonomes, de prendre des responsabilités, d'apprendre de leurs erreurs et peut-être même de ressentir à quel point il est beau de faire preuve de bienveillance.

Le parent qui est en bonne santé et les enfants ont aussi besoin d'attention! Comment les aider à gérer l'incertitude et les soucis? Ont-ils encore le droit d'être joyeux et d'avoir des moments d'insouciance? A quoi renoncent-ils actuellement et comment y parviennent-ils? De quoi

ont-ils besoin? Que souhaitent-ils? Il est impossible de répondre de manière correcte ou fautive à toutes ces questions. Mais il est important qu'elles soient posées et prises au sérieux.

Martina Schmid, Conseillère Elternotruf

Pour les parents, les proches et les professionnels :

Aide et conseil 24h/24 en cas de situation éducative délicate, d'escalade de conflit ou de question sur l'éducation au quotidien.



Joignable
24 heures
sur 24



Consultation
par e-mail



En face-à-face



Votre don permet à des parents et à des tuteurs-rices légaux en détresse de bénéficier d'une consultation.

Compte postal : 80-32539-6 | IBAN ZKB CH29 0070 0111 4010 1823 1

