



**PARLER DE  
SUJETS SENSIBLES  
AVEC LES  
TOUT-PETITS**

*Actualité violente, guerres, attentats...*



L'actualité rapporte les événements tragiques qui surviennent au Québec ou ailleurs dans le monde. En tant que parent, le contenu dérangent ou violent diffusé par les médias peut nous ébranler ou nous préoccuper. Les tout-petits sont sensibles à nos émotions. À un très jeune âge, les enfants peuvent déjà être exposés à toutes sortes d'informations.

Comme parent, des questions peuvent émerger :

- Mon enfant peut-il en être affecté ?
- Comment devrais-je réagir quand survient un événement tragique ?
- Dois-je en parler ?

Quand vient le temps d'aborder un sujet délicat avec notre enfant, on peut se sentir démuni. Il est important d'accompagner nos tout-petits. Heureusement, des outils peuvent nous aider à le faire. Ce feuillet reprend des éléments clés sur le traitement des sujets sensibles en contexte familial pour les enfants d'âge préscolaire. Des ressources utiles sont aussi offertes.



## COMMENT PEUT-IL RÉAGIR ?

- Chaque enfant est unique. Face aux événements difficiles, les enfants réagissent de différentes façons. Ils peuvent avoir peur, être troublés, ressentir de la colère, etc.
- Certains veulent éviter d'en entendre parler et fuient les images. D'autres peuvent poser beaucoup de questions.
- Ils peuvent aussi faire des cauchemars, avoir des troubles de sommeil ou des comportements turbulents quand quelque chose les dérange.
- Malgré tout, quand les enfants comprennent un peu ce qui leur fait peur et qu'ils sentent que nous les protégeons, ils sont rassurés.



## QUE PEUT-ON FAIRE ?

- Nous pouvons limiter l'exposition des jeunes enfants aux images violentes ou tristes. Par exemple, ne pas les laisser regarder la télévision trop longtemps ou sans supervision. De même, quand vous regardez les nouvelles avec vos enfants, vous pouvez expliquer de façon simple le contenu présenté.
- Quand des images de violence surviennent, vous pouvez expliquer que la violence n'est pas bien, que cela peut faire peur. Vous pouvez dire que, même si certaines images font peur, ils sont en sécurité, à la maison ou à la garderie.
- Si les tout-petits sentent que vous êtes triste ou inquiet, il est important de leur dire que ce n'est pas de leur faute.
- L'important, c'est de les rassurer et d'amener un peu d'espoir. Par exemple, en soulignant des gestes d'entraide et de solidarité qui permettent de consoler et d'aider les personnes qui vivent des moments difficiles.



## QUE PEUT-ON FAIRE ?

- Quand vous sentez que quelque chose dérange votre enfant, attendez qu'il soit prêt à en parler. Éviter de le forcer à parler s'il ne le veut pas.
- Il n'y a pas de mots parfaits. Vous pouvez utiliser des mots simples que l'enfant peut comprendre. Il faut trouver un juste milieu entre donner trop de détails et ne pas en parler du tout à votre enfant.
- Les enfants s'expriment souvent par le jeu. Des activités peuvent être de bons moments pour parler avec votre enfant et l'aider à comprendre des événements difficiles. Par exemple, si votre enfant reproduit ce qu'il a vu en jeu ou en dessin, il peut s'agir d'une occasion pour lui parler et répondre à ses questions.
- Si malgré cela, vous sentez que votre enfant reste vulnérable, qu'il a du mal à gérer ses émotions ou que vous désirez avoir d'autres idées, n'hésitez pas à mobiliser des ressources ou à faire appel à des services d'aide pour vous soutenir.

### EN BREF

**Encadrer le temps d'utilisation des médias, porter attention aux réactions, parler simplement, rassurer, utiliser le jeu comme espace de communication et demander de l'aide au besoin.**

Exemple de soutien professionnel 24h/7 destiné aux parents:

Ligne Parents [www.ligneparents.com](http://www.ligneparents.com) Tél. 1-800-361-5085



## RESSOURCES

### **Citoyen de demain**

Thèmes : pratiques démocratiques en classe, dialogue et citoyenneté

[www.citoyendedemain.net](http://www.citoyendedemain.net)

### **Dessine-moi un petit prince**

Thèmes : partage, générosité, entraide

Auteur : Michel Van Zeveren, Édition Pastel

### **Juste un petit bout !**

Thèmes : partage, amitié, tolérance

Auteur : Émile Jadoul, Édition Pastel

### **La couleur des émotions**

Thèmes : partage, dialogue

Auteurs : collectif, Édition Quatre fleuves

### **La Maison Théâtre**

Thèmes : jeux, identités, situations émouvantes

[www.maisontheatre.com/9-spectacles-pour-les-petits-jusqua-5-ans](http://www.maisontheatre.com/9-spectacles-pour-les-petits-jusqua-5-ans)

### **Les enfants au service de garde**

Thèmes : jeux, activités, vidéos

<http://enfant0-12.ccdmd.qc.ca>

### **Les enfants voient. Les enfants apprennent.**

Thèmes : ressources multimédias et conseils variés

[www.lesenfantsvoientlesenfantsapprennent.ca](http://www.lesenfantsvoientlesenfantsapprennent.ca)

### **Les mots et les images qui font peur**

Thèmes : peur, vivre ensemble, détresse

Auteurs : Catherine Dolto-Tolitch et Colline Faure-Poirée, Gallimard Jeunesse

### **Les questions des tout-petits sur les méchants**

Thèmes : éthique, violence, cruauté, quête de sens, polarisation

Auteure : Marie Aubinais, Gallimard Jeunesse

### **Moi Dieu merci qui vis ici**

Thèmes : partage, dialogue, guerre, discrimination

Auteurs : Thierry Lenain et Olivier Balez, Les éditions Éditions Albin Michel Jeunesse

### **Naître et grandir**

Thèmes : informations, dossiers, activités

[www.naitreetgrandir.com/fr/etape/3-5-ans/developpement](http://www.naitreetgrandir.com/fr/etape/3-5-ans/developpement)

### **Pilotin**

Thèmes : peur, entraide

Auteur : Léo Lionni, L'École des loisirs

### **Rébellion chez les crayons**

Thèmes : dialogue, créativité, tolérance et diversité

Auteurs : Drew Daywalt et Oliver Jeffers, Éditions Kaleidoscope

### **Sept milliards de visage**

Thèmes : différences, tolérance, marginalisation, préjugés

Auteur : Peter Spier, L'École des loisirs

### **Si on parlait de la mort**

Thèmes : parler de la mort, gestion des émotions

Auteurs : Catherine Dolto et Colline Faure-Poirée, Gallimard Jeunesse

# CRÉDITS

## **Une présentation du Centre de recherche SHERPA**

Site Web : [www.sherpa-recherche.com/fr](http://www.sherpa-recherche.com/fr)

Parce que notre monde bouge

### **Collaboration**

Le Centre intégré universitaire du Centre-Ouest-de-l'île-de-Montréal  
Le ministère de la Santé et des Services sociaux  
Le ministère de la Famille

### **Coordination des capsules vidéo**

Cécile Rousseau, directrice scientifique de SHERPA  
Tomas Sierra  
Audrey L-Lachaîne  
Anousheh Mashouf  
Élise Bourgeois-Guérin

### **Illustrations**

Aude Rousseau-Rizzi

### **Conception du document**

Audrey L-Lachaîne, chargée du projet des capsules vidéo,  
en collaboration avec Marie-Ève Paré, coordonnatrice en mobilisation et transfert  
des connaissances