



## J'ai une SEP et... j'en parle avec mes enfants !

La SEP survient habituellement chez des adultes jeunes, dans une tranche d'âge où de nombreux patients sont parents ou souhaitent le devenir. La survenue de la maladie au sein de la cellule familiale peut induire des questionnements entre les différents membres de la famille et tout particulièrement avec les enfants. Doit-on les épargner et leur cacher la maladie ? À quel âge peut-on leur expliquer les symptômes de leur parent ? Doit-on tout leur dire ? Quel va être l'impact de la maladie sur le développement de votre enfant ? Ces questions se posent inévitablement. L'objectif de cette brochure est de vous aider à informer au mieux votre enfant, en tenant compte de son âge, et ainsi de préserver, faciliter et renforcer vos liens familiaux.

Bonne lecture !

Pr Michèle Montreuil,  
Psychologue, Paris

Ce que je pense, ce qu'on me dit :

- Les enfants de moins de 5 ans sont trop petits pour se rendre compte qu'un de leur parent est malade  
 VRAI  FAUX
- Avec cette maladie je ne vais pas pouvoir être un bon parent  
 VRAI  FAUX
- Les enfants ont tendance à aggraver la réalité quand on ne leur dit rien  
 VRAI  FAUX
- Mon enfant ne va pas pouvoir se construire et être heureux comme les autres  
 VRAI  FAUX

Document réalisé en collaboration avec le Professeur Michèle Montreuil et l'



## EDITORIAL

De nombreux parents expriment leur difficulté à aborder le thème de la SEP avec leur enfant. Certains parents estiment ne pas devoir lui en parler de peur de l'inquiéter davantage ou de ne pas savoir gérer ses émotions. D'autres, au contraire, estiment important de parler de leur maladie à leur enfant mais ils ont peur de ne pas employer les mots justes et/ou de le faire au mauvais moment. La communication avec l'enfant présente un double enjeu : pour l'enfant, lui donner les moyens de s'adapter aux changements liés à la maladie de son parent et de bien les vivre ; et

pour les parents, leur permettre de prévoir les réactions de leur enfant et de préserver leur rôle parental.

**PerSEptions** est une série de brochures thématiques qui s'adresse aux patients atteints de sclérose en plaques et à leurs proches, s'appuyant sur les perceptions, les idées reçues et le vécu des malades, de leur entourage, des médecins et du personnel soignant.

**PerSEptions** a pour vocation de vous apporter, ainsi qu'à votre entourage, des réponses concrètes aux questions que vous vous posez au quotidien.

Ce nouveau numéro de **PerSEptions** fait le point sur les enjeux de la communication avec vos enfants en apportant des réponses pratiques à vos interrogations et celles de votre enfant.

**Avec PerSEptions, nous souhaitons contribuer, par l'information et le soutien, à la meilleure prise en charge possible. Votre médecin, votre infirmière, votre psychologue, votre pharmacien ou tout autre professionnel de santé restent également à votre disposition pour toute question.**

Novartis

## 1. Annoncer

**Mon enfant est trop petit pour se rendre compte de quelque chose, n'est-il pas préférable de l'épargner en ne lui disant rien ?**

**MON PÉDIATRE M'A DIT :** « Les enfants, même très jeunes, sentent quand il arrive un événement dans la famille. Ils perçoivent la tension familiale et ne pas en connaître la cause peut être source de stress et d'anxiété car ils peuvent imaginer le pire. La capacité d'adaptation et de compréhension des enfants ne doit pas être sous-estimée. Finalement beaucoup d'enfants sont soulagés d'apprendre la vérité. Il est donc préférable de leur parler dès que l'on se sent prêt à le faire. Si votre enfant découvrait votre maladie de manière inopinée, parce qu'elle est devenue trop visible pour être dissimulée, la communication pourrait être rompue et les choses seraient bien plus difficiles à accepter pour lui ».



D'autres thématiques sont abordées  
dans la même collection :

J'ai une SEP et...  
**je voyage !**



J'ai une SEP et...  
**je suis gastronome !**



J'ai une SEP et...  
**je suis sportif !**



J'ai une SEP et...  
**j'en parle !**



J'ai une SEP et...  
**je désire un enfant !**



**Demandez-les à votre neurologue  
ou votre infirmière !**

Retrouvez également les services



sur le site :

[www.sep-et-vous.fr](http://www.sep-et-vous.fr)