



# Tipi

La tribu de tous les parents

*Article de lancement :*

## Expliquer la monoparentalité à mon enfant : 3 – 6 ans / Vie de famille

Quelle que soit la raison, il est important d'expliquer à votre petit votre situation de monoparentalité 🧑. Cela l'aide à comprendre d'où il vient et à construire son identité. Voici des clés 🔑 pour répondre à ses questions en utilisant un langage adapté à son âge.



🧑 Quand l'autre ne veut pas s'impliquer / dans le cas d'abandon ou de non reconnaissance :

- Dites à votre enfant **qu'il a un père/une mère** de naissance.
- Vous pouvez lui expliquer qu'il ne le/la connaît pas parce que **vous ne vivez plus ensemble**.
- Pour le rassurer, vous pouvez lui dire que la cause est un conflit entre adultes et que **ce n'est pas à cause de lui**.
- Essayez de lui dire la vérité, sans blâmer ou justifier le parent absent. **Mettez l'accent sur l'amour** que vous ressentez pour lui plutôt que sur le ressenti que vous avez pour l'autre.

- Permettez à votre enfant **d'exprimer ses émotions** (tristesse, colère, ...). Cela l'aidera à faire le deuil du parent absent.

#### **Quand l'autre parent est décédé :**

**Montrez-lui des photos et parlez-lui de l'autre parent** (votre rencontre, des anecdotes, de l'amour qu'il avait pour lui). C'est important pour l'aider à comprendre d'où il vient et **construire son identité**.

**Essayez d'expliquer** à votre enfant avec des mots simples **la cause du décès** de l'autre parent. Il est important qu'il comprenne la cause de l'absence et que **lui n'est pas responsable**.

**Laissez-le garder un petit objet** en souvenir de l'autre parent.

**Vous pouvez garder des rituels** par exemple en rappelant le jour de l'anniversaire du parent disparu : cela montre qu'il a toujours une place dans la famille.

**Restez à l'écoute de ses peurs** : il a peut-être peur de vous perdre vous aussi, alors rassurez-le.

#### **Quand on a choisi d'être parent solo :**

**Préparez-vous à lui raconter son histoire** (qu'il soit adopté, conçu par procréation assistée, ...) avec des mots simples, pas besoin de donner tous les détails tout de suite

Vous pouvez lui expliquer que même si vous n'avez pas de partenaire, **vous vouliez très fort devenir parent**

#### **Dans tous les cas :**

**Rassurez-le souvent sur votre présence** en lui disant que vous l'aimez et êtes là pour lui.

**Rassurez-le sur son entourage** en lui disant qu'il est entouré par des personnes qui tiennent beaucoup à lui (grands-parents, oncles, tantes, amis ...)

Si vous avez besoin d'aide pour aborder ce sujet avec lui, n'hésitez pas à **faire appel à un travailleur social**, psychologue ou à une association.

#### **Donnez-lui d'autres repères :**

D'autres figures - masculines ou féminines - peuvent servir de modèle à votre enfant, mais aussi l'aider à combler certains besoins affectifs. Essayez qu'il soit en contact de façon régulière avec des personnes de confiance, affectueuses et sécurisantes (grands-parents, oncles, tantes, éducateurs, ...). Cela l'aidera à apprendre à construire des relations solides et faire confiance aux adultes et pourra aussi vous permettre de souffler.

Cet article vous a plu ? **téléchargez notre nouvelle application Tipi** à l'aide du Qr code ci-dessous :

