



Stéphanie STARCK-MULLER
PSYCHOLOGUE - PSYCHOTHERAPEUTE - PSYCHANALYSTE
Société Psychanalytique de Paris

Appuyez-vous sur l'écoute d'un professionnel de confiance

Comment parler du psy à votre enfant ?

Quand on a des soucis, ça fait du bien d'en parler à quelqu'un.

C'est important de ne pas rester tout seul et de trouver, avec d'autres, des solutions.

Parfois, en parler avec ses parents, ses amis permet d'être soulagé.

Mais lorsque les soucis prennent trop de place dans la vie de l'enfant, rendent la vie difficile pour lui, pour ses parents ou pour les autres, il est souhaitable de rencontrer un psy.

Comment alors parler du psy à votre enfant ?

Pour les tout petits (généralement les moins de 3 ans), quelques mots simples suffisent : "Nous allons rencontrer une psychologue. C'est une personne avec laquelle nous allons parler de toi. Elle écoute et va nous aider"

Lorsque les enfants sont plus grands, ils posent davantage de questions et selon leur capacité à comprendre les choses, vous pouvez donner plus d'explications :

- nommer les soucis ou la souffrance de l'enfant, les préoccupations des parents, des tiers envoyeurs
- dire qu'un psychologue écoute l'enfant et ses parents, qu'il aide à comprendre et à trouver ensemble ce qui permettra de soulager la souffrance
- qu'il garde la confidentialité de ce qu'on lui raconte.

9 rue Saint-Pierre
57000 METZ

et

9 rue du Haut de Sainte Croix
57500 SAINT AVOLD

06 78 59 92 95

06 78 59 92 95

www.stephaniestarckmuller-psy.fr