

ETCAF Conseil n° 6

Comment aider les enfants atteints de l'ETCAF à distinguer la réalité de l'imaginaire

Tous les enfants racontent des histoires. Ils perçoivent le monde différemment des adultes. Mais les enfants atteints de l'ETCAF ont de la difficulté à distinguer la réalité de l'imaginaire.

Il se peut que votre enfant mente à plusieurs reprises à plusieurs sujets. Mais il ne le fait probablement pas parce qu'il a « mauvais caractère ». Il se peut qu'il ait de la difficulté avec sa mémoire à court terme, alors il invente pour combler les lacunes. Il se peut qu'il essaie de vous plaire en vous disant ce qu'il pense que vous voulez entendre. Ou, il pourrait éprouver de la difficulté à penser de façon logique. A cause de la façon dont son cerveau fonctionne, il risque de réellement croire les histoires qu'il vous raconte.

Ça peut être frustrant et bouleversant pour les parents et pour les autres. Il est parfois difficile de se sentir près de quelqu'un en qui vous ne pouvez pas avoir confiance ou que vous ne pouvez pas croire. Ce dépliant vous offre des conseils sur la façon dont vous pouvez y faire face et montrer à votre enfant à distinguer la réalité de l'imaginaire.

Exemple n° 1:

Vous demandez à votre fils s'il s'est brossé les dents. Il répond que « oui ». Mais vous voyez que sa brosse à dents est encore sèche. Vous vous sentez fâchés parce qu'il semble mentir consciemment.

Ce qui se passe

Il dit la vérité telle qu'il la perçoit. C'est vrai qu'il s'est brossé les dents plusieurs fois dernièrement. Mais à cause du fonctionnement de son cerveau, sa perception du temps est différente de la vôtre. Il ne fait pas le lien entre votre question et ce qui s'est passé depuis une demi-heure. Sa réponse nous indique qu'il traite l'information différemment.

Exemple n° 2:

Un membre de la famille a perdu 20 \$ pendant la lessive. Les autres membres de la famille sont ensuite mis au courant. Le lendemain, votre enfant atteint de l'ETCAF trouve l'argent. Elle insiste que ce 20 \$ n'est pas celui qui avait été perdu, même si elle l'a trouvé dans la salle de lavage.

Ce qui se passe

Il se peut que l'enfant atteint de l'ETCAF croie qu'elle dit la vérité. Elle ne peut pas faire le lien entre l'argent qu'elle a trouvé et l'argent perdu. Après tout, elle croit que cet argent-là est perdu, et que l'argent qu'elle a trouvé ne l'est pas!

Développé par :

*Saskatchewan Fetal Alcohol
Support Network*

510 rue Cynthia

Saskatoon, SK S7L 7K7

Sans frais : 1 866 672-3276

À Saskatoon, composez le :
975-0884

Courriel: fasdnetwork@sasktel.net

Site Web : www.skfasnetwork.ca

N'hésitez pas à photocopier ce document et de vous en servir.



Même lorsque quelque chose vous semble clair et évident, il se peut que ce ne le soit pas pour votre enfant. Vous aurez besoin de faire l'effort, à plusieurs reprises, d'expliquer ce que votre enfant ne peut pas comprendre. Par exemple, lorsque vous parlez à votre enfant, posez-lui des questions telles que : « Penses-tu que l'argent de _____ serait peut-être tombé par terre lorsqu'elle mettait ses vêtements dans la laveuse? Est-ce que ça pourrait être son argent? Est-ce que tu pourrais avoir trouvé l'argent perdu de _____? »

Quelques conseils pour vous soutenir dans vos efforts:

1. Est-ce que votre enfant est capable de vous dire lorsqu'il a commis une erreur ou a menti? Parfois, vous allez devoir aider un enfant à distinguer la vérité d'un mensonge. Dans ce cas, il est utile d'avoir une relation ouverte et honnête avec l'enfant.
2. Apprenez à donner des directives claires telles que « Va te brosser les dents, s'il te plaît. » Une directive claire cause moins de confusion qu'une question.
3. Encouragez votre enfant à vous dire ce qui est vrai et non ce qu'il croit que vous voulez entendre.
4. Pratiquez-vous à raconter des histoires avec votre enfant. Demandez-lui de vous raconter des histoires et félicitez-le de sa bonne imagination. Dites-lui qu'il y a des fois où il est bon d'inventer des histoires et d'autres fois que non. Offrez des exemples réels.
5. Lisez des histoires avec votre enfant chaque jour. Plusieurs livres sont basés sur l'imaginaire. Demandez à votre enfant s'il pense que l'histoire est vraie ou si elle est inventée. Si vous allez à la bibliothèque, la bibliothécaire peut vous aider à choisir de bons livres pour des enfants du même âge que le vôtre.
6. Soyez très prudent par rapport à ce que vous permettez votre enfant de voir, de lire et d'entendre. Votre enfant a peut-être beaucoup de difficulté à séparer la réalité de l'imaginaire dans les choses qu'il voit. Soyez conscients qu'un enfant peut croire que ce qu'il voit à la télévision, dans les films et dans les jeux vidéo est « réel ». La musique et les images peuvent être suggestives et bouleversantes pour un enfant atteint de l'ETCAF. Certains jeux vidéo sont très violents et/ou peu appropriés sexuellement pour les enfants. Prenez le temps de vous asseoir et de regarder la télévision ou un film avec votre enfant. Vous allez pouvoir l'aider à séparer les faits de la fiction.
7. Soyez très prudents en ce qui concerne les jeux que vous permettez à vos enfants de jouer.
8. Soyez le « cerveau externe » de votre enfant : soyez conscients de ce qu'il a fait et de la prochaine chose qu'il a à faire. De cette façon, vous saurez ce qui s'est vraiment passé et vous pourrez guider votre enfant à se souvenir des faits.
9. Aidez les membres de votre famille ainsi que le personnel de l'école à comprendre qu'il se peut que votre enfant ne se souvienne pas des événements tels qu'ils se sont réellement passés. Soyez positifs à ce sujet si vous le pouvez, et suggérez certaines des idées mentionnées dans ce dépliant. Dans la mesure du possible, faites-le avant qu'un problème ne survienne.
10. Si vous surprenez votre enfant à mentir, tentez de rester calme. Si vous criez, il deviendra distrait et trouvera ça plus difficile de comprendre ce qu'il a fait de mal.
11. Chaque enfant a besoin d'amour et réagit à l'amour. Si vous parlez avec compassion, il sera plus ouvert à vous écouter.

