

Entretien - Mini-Conférence radiophonique sur la Une radio, ce jeudi 19 mars 2020

Entretien avec Jean-Yves HAYEZ et Vincent YZERBIT :

## « Comment vivre au mieux le confinement imposé suite au risque du Coronavirus ? »

- **Jean-Yves HAYEZ, pédopsychiatre, Chef de service en psychiatrie info-juvénile aux Cliniques Universitaires St Luc**
- **Vincent YZERBIT, professeur de psychologie sociale et culturelle à l'UCL- LLN**

(Synthèse par Chantal PIRSON, AS au CPMS de Virton, Cabinet de consultation d'Athus.)

### **1. Dire ou ne pas dire ce qui se passe aux enfants ?**

Il faut dire ce qui se passe et expliquer la situation dans laquelle on est plongée aux enfants, à tout âge, avec des mots simples et sans transmettre l'angoisse éventuelle de l'adulte à l'enfant.

Il faut rassurer l'enfant, veiller sur lui et le câliner. (Attention avec précautions mesures sanitaires : pas si suspicion de contagion, lavage des mains fréquents, etc.)

### **2. Difficile de faire du télétravail avec les enfants dans les pieds ?**

C'est évidemment difficile de travailler avec des enfants près de soi. Dans l'espace de vie, en fonction de sa grandeur, il est important de définir un espace de télétravail et de contrôler le droit d'accès par l'enfant à cet endroit. Les parents doivent rester les maîtres de toute décision et du respect des règles dans la maison.

### **3. Nécessité de garder un rythme !**

LES PARENTS DOIVENT MONTRER LA DIRECTION de l'organisation de la maison.

Il est important de fixer des horaires : horaires de semaine et horaire de we !

Horaire de semaine pour garder une structure pour télétravail, devoirs scolaires, temps de jeux et tâches ménagères auxquelles les enfants peuvent bien sûr participer.

Horaire de we : pour garder des moments agréables en famille et de récréation (toujours dans le respect des règles sanitaires en vigueur) Les sorties responsables sont autorisées et permettent une aération pour éviter de se disputer et de devenir agressif verbalement ou physiquement

Les enfants peuvent participer à la construction de cet horaire et des règles du nouveau monde de vie en confinement MAIS ce sont les parents / adultes qui s'occupent de l'enfant qui SONT LES GARANTS de ces nouveaux horaires , du nouveau mode de vie et du respect des règles.

Petit truc : définir pour chacun, son « coin propre », son « espace à lui », un peu comme quand on arrive sur un lieu de vacances et qu'on doit s'approprier l'espace et apprivoiser les lieux.

Il faut organiser des règles et les respecter !

### **4. Les couples qui s'aiment et vivent à distance ? (ou les droits de garde alternatifs ? N.B. : ajout de l'auteur de la synthèse car c'est la même problématique)**

Tout est question de bon sens et on fait appel aux sens des responsabilités des adultes... Tout déplacement comporte un risque ... il faut le savoir et agir de manière proportionnée.

Bon courage à tous !

Chantal PIRSON