

Une Situation Inhabituelle



Une Situation Inhabituelle

Texte de Cassandre Surinon

Illustrations de David Folk

Design par Max Zurlini



Copyright 2020 SUNY New Paltz IDMH

Tous les droits sont réservés. Aucune partie de ce livre ne peut être reproduite ou utilisée de quelque manière que ce soit sans l'autorisation écrite du propriétaire des droits d'auteur.

ISBN: 978-0-578-80870-3

Numéro de contrôle de la Bibliothèque du Congrès: 2020923728

Texte de Cassandra Surinon

Illustrations de David Folk

Design par Max Zurlini



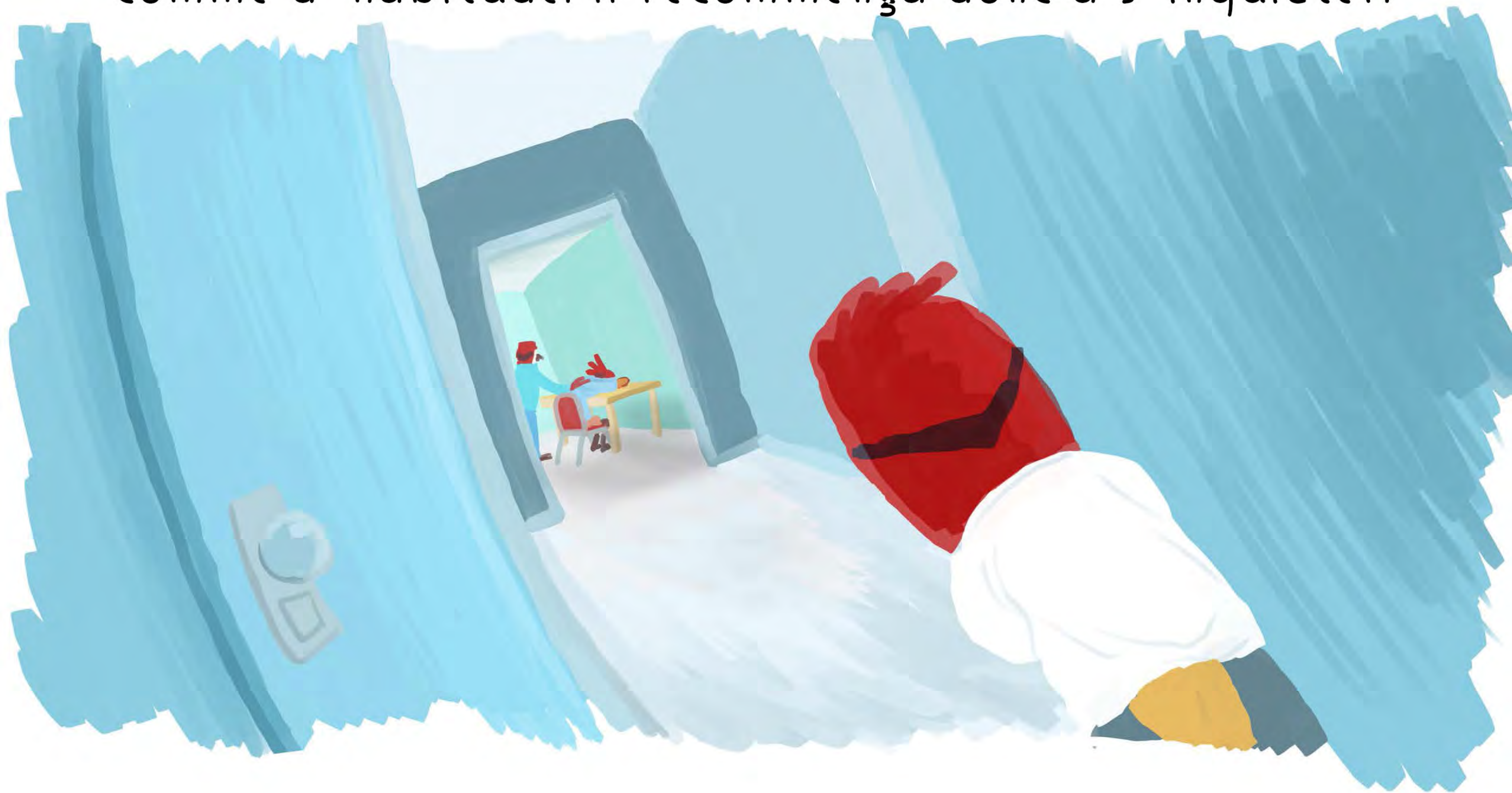
Milo a vécu une situation vraiment très inhabituelle. Tout était différent. Il était vraiment confus. Il ne savait pas quand cela allait terminer.





Milo n'aimait pas être comme ça. Il se demandait tout le temps quand cela serait fini. Alors il essaya de ne pas y penser et de jouer mais il n'avait envie de rien faire. Tout semblait ennuyant.

Au début, il pensait que ça ne durerait pas longtemps, que ce serait seulement quelques jours. Mais ça n'a pas changé. Les choses ne sont pas revenues à la normale. Il a remarqué que Papa et Maman n'agissaient pas non plus comme d'habitude. Il recommença donc à s'inquiéter.



Pourquoi tout et tout le monde étaient si différents ?

3 Milo se demanda si c'était à cause de lui.

Milo commença à crier et taper dans le but de ne pas penser à la situation.



Mais, il se sentait toujours mal après. Il se sentait honteux. Il créait des problèmes aux autres, à Papa et Maman.



Il commença aussi à avoir de drôles de sensations dans son corps, comme des nœuds dans son ventre. Parfois, il se sentait triste et il avait même envie de pleurer. D'autre fois, il se sentait nerveux et en colère sans raison.



Il commença à mal
dormir.

Milo était vraiment confus à propos de tout cela : il ne comprenait pas ce qui arrivait. Mais il avait peur de demander aux adultes parce que les adultes semblaient nerveux aussi.





Mais il n'était pas effrayé d'en parler à sa
sœur alors il lui demanda. Elle lui dit qu'ils
pouvaient parler à Papa et Maman ensemble.

Au début, Papa et Maman furent un peu surpris par leurs questions mais ils comprirent que Milo et sa sœur avaient besoin de savoir.



Alors ils expliquèrent la situation vraiment compliquée à Milo et le fait qu'ils en étaient effrayés aussi.



Ils en parlèrent tous ensemble et ils discutèrent de comment ils pouvaient prendre soin les uns des autres.



Milo avait beaucoup d'idées et Papa et Maman les écoutèrent très attentivement.



Il leur parla aussi de ses nœuds dans le ventre et de ses larmes.

Après ils jouèrent et Milo était heureux parce que c'était la première fois depuis le début de la situation compliquée qu'ils jouaient tous ensemble.



Après cette conversation Milo s'est senti mieux parce qu'il a compris que ce n'était pas de sa faute. Il a aussi su que Papa et Maman étaient nerveux aussi.



Il n'était pas le seul confus à propos de la situation.

Il s'est aussi senti fier que Papa et Maman
l'écoutent lui et ses idées pour aider toute
la famille à se sentir mieux.



Ils lui dirent que c'était important qu'il
partage comment il se sent.



Milo pense que ce n'était pas facile de poser des questions et de dire aux adultes comment il se sent, mais il s'est senti soulagé après l'avoir fait. Il se sentait soulagé parce qu'il n'était plus confus ou nerveux comme avant.

Maintenant il sait qu'il peut toujours redemander s'il commence à se sentir confus ou à avoir de nouveau de gros sentiments.



Rien ne peut changer la situation compliquée
(même pas Papa ou Maman), mais Milo peut
faire des choses, comme parler aux adultes,
pour s'aider à aller mieux.



Il peut aussi dessiner, danser, écrire ou
jouer pour s'aider à se sentir mieux.

Milo a pensé que tu devrais savoir son histoire parce que tout le monde peut être un peu confus parfois, et c'est normal! C'est juste important d'en parler avec des personnes qui peuvent t'aider.



Quand Milo a vécu une situation vraiment inhabituelle, il a trouvé cela difficile de comprendre ce qui se passait. Mais Milo a ensuite découvert qu'il pouvait faire des choses pour mieux vivre ce qui lui arrivait à lui et sa famille. Tout cela l'a aidé à surmonter la situation compliquée.

Nous avons tous des choses qui nous arrivent que nous ne comprenons pas, et Milo veut partager avec toi ce qui l'a aidé lui à traverser sa situation inhabituelle.

