

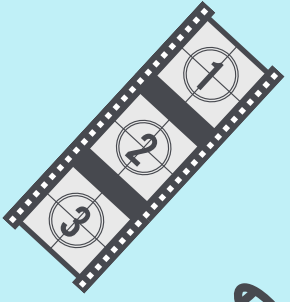
Quelques conseils pour ... annoncer une mauvaise nouvelle



- Ne procrastinez pas le moment de l'annonce.



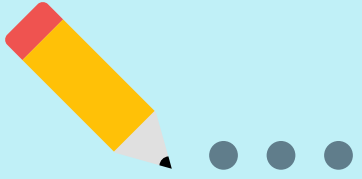
- Préparez-vous à l'annonce en assurant la satisfaction de vos besoins physiologiques (sommeil, alimentation, hydratation, respiration...).



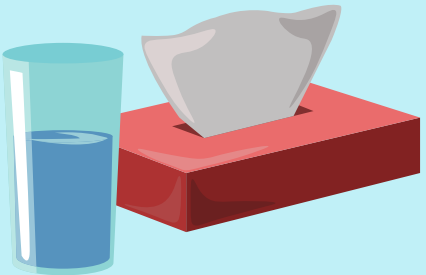
- Au besoin, répétez votre intervention en n'allant ni trop rapidement, ni trop lentement.



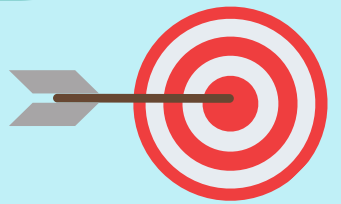
- Prévoyez un environnement d'annonce sécurisant et protégé.



- Préparez ce que vous avez à dire en choisissant les mots clés qui doivent absolument être prononcés.



- Munissez-vous d'un paquet de mouchoirs jetables que vous garderez discrètement à disposition et prévoyez de l'eau plate.



- Allez à l'essentiel de votre message de manière bienveillante. Ne tournez pas autour du pot.



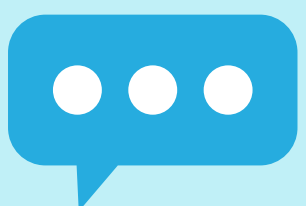
- Attendez-vous à une réaction émotionnelle (colère, pleurs, déni, rejet...) ou à une absence de réaction visible souvent liée au choc de l'annonce.



- Le cas échéant, laissez votre interlocuteur déverser son émotion en pratiquant une véritable écoute active.



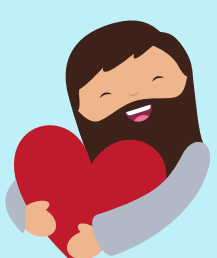
- Laissez tout le temps nécessaire à votre interlocuteur pour qu'il puisse intégrer la nouvelle.



- Au besoin, reformulez votre annonce avec d'autres mots.



- Envisagez aussi que la réaction de votre interlocuteur puisse vous toucher et que votre propre émotion puisse apparaître. Ce n'est pas un problème si elle ne vient pas assaillir votre interlocuteur.



- Chouchoutez-vous une fois de retour à la maison car annoncer une mauvaise nouvelle peut être très douloureux.

Rappelez-vous qu'une annonce se découpe en plusieurs temps :

1. La verbalisation du message
2. L'accompagnement dans l'intégration de l'information
3. Le soutien et l'écoute des besoins
4. L'ébauche de solutions, de pistes de reconstruction