

Les enfants endeuillés

Guide des parents

Les rites funéraires 4 grandes fonctions :

- Confirmer la certitude de la mort
- Faciliter l'expression de la douleur
- Exprimer le soutien de la communauté
- Accueillir la vie qui continue

Quand s'inquiéter?

Comme parent vous connaissez votre enfant et vous êtes en mesure de savoir quand il vous semble être en difficulté.

Voici des réactions qu'il peut manifester :

- Cauchemars, insomnie, problèmes de rendement ou de comportement à l'école, régression, repli sur soi, agressivité, imitation excessive du décédé...

Si l'intensité et la fréquence des réactions de votre enfant vous semblent démesurées, n'hésitez jamais à demander de l'aide

« Dans la tristesse les visages connus sont consolants même s'ils sont tristes »

(Josée Masson, 2006)

Le retour à l'école

- Communication parent-enseignant
- Routine et repos, respect du rythme de l'enfant
- Dialogue, accompagnement
- Annonce aux amis avec l'accord de l'enfant : les pairs peuvent être d'un bon support
- Aide extérieure au besoin

Aucun deuil n'a de durée prédéterminée, il faut accompagner l'enfant dans son deuil au fil des années

Notions à retenir

Le deuil d'un enfant diffère du deuil d'un adulte :

- L'enfant adopte un mode d'expression plus physique et direct
- L'expression orale est plus difficile
- Il adopte un cycle naturel de tristesse/jeux/tristesse
- La pensée magique de l'enfant peut l'amener à croire que ses idées ont fait mourir la personne
- Il va conceptualiser la mort en vieillissant

Un enfant qui a pu vivre sa peine avec sa famille, qui a pu recevoir les réponses à ses questions, qui a pu dire au revoir à l'être cher, aura une chance de grandir à travers cette expérience qui peut nous paraître traumatisante en tant qu'adulte.

En ce qui concerne le bébé ou le jeune enfant, il n'aura que très peu de souvenirs, mais plus tard c'est « le souvenir raconté » de sa présence lors du décès qui pourra consolider son sentiment d'appartenance à sa famille et à son être cher qui a perdu la vie

Références

MASSON, J., *Derrière mes larmes d'enfant, la mort et le deuil me font mal*, Édition Ressources, 2006



Renée L'Heureux
Infirmière-ressource

Questions et préoccupations des parents

- Comment annoncer la mort à mon enfant ?
- Quelles sont les réactions normales de deuil et les besoins de l'enfant ?
- Est-ce que je dois amener mon enfant à l'hôpital ? Doit-il voir la personne ?
- Dois-je l'annoncer aux amis, aux professeurs ? À quand le retour à l'école ?
- Doit-on amener l'enfant au salon funéraire et à la cérémonie ?
- Comment saurai-je si mon enfant a besoin d'aide ?

Que vit l'enfant?

- Confusion
- Peine, colère
- Repli sur soi, peur
- Insécurité
- Culpabilité
- Abandon, ennui
- Et une multitude d'autres réactions

Les besoins de l'enfant

- Franchise et langage simple
- Lien de confiance
- Écoute et réponses à ses questions
- Respect de ce qu'il est (âge, volontés, capacité, etc.)
- Amour, sécurité, routine
- Participer avec la famille
- Mettre des mots sur ses maux :
« Est-ce que tu as plus mal au ventre quand tu penses à maman ? »

La représentation de la mort chez l'enfant

Le concept de mort est très complexe. Son acquisition se fait tranquillement au fil du développement. Le discours de l'enfant nous fait souvent croire qu'il comprend bien mais ses questions nous démontrent clairement ses limites de compréhension :

« Papa reviendra-t-il à Noël ? Toi tu ne mourras jamais ? Qu'arrive-t-il vraiment quand on meurt ? »

C'est un exercice difficile de bien cerner la compréhension qu'a un enfant et un adolescent de la mort.

Pour vraiment saisir la mort, le jeune doit avoir intégré que :

- La mort est la fin du fonctionnement du corps
- La mort est inévitable pour tout le monde
- La mort est provoquée par une cause physique (la pensée ne peut faire mourir personne)
- La mort fait partie du cycle de la vie
- On ne revient pas de la mort

Pour l'adulte, tout cela peut sembler évident mais cette pleine compréhension se fait rarement avant la fin de l'enfance ou au début de l'adolescence. Il faudra respecter



son rythme et ne pas hésiter à lui dire que la mort est mystérieuse et qu'il est normal qu'il soit confus en pensant à cela

Pour mieux comprendre : LONETTO, R. (1998). « Dis c'est quoi quand on est mort ? » L'idée de la mort chez l'enfant. Éd. ESHEL

Facteurs qui peuvent modifier ses réactions

- L'accompagnement reçu par ses proches
- L'âge, la maturité, la personnalité
- La relation qu'il entretenait avec la personne décédée
- Les types de séparations qu'il a connues auparavant
- La nature et les circonstances du décès

L'annonce du décès

Par le parent ou un proche le plus tôt possible :

- Dans un endroit intime
- Avec l'aide d'intervenants
- Laisser du temps, répondre aux questions, répéter
- Langage simple sans détour et déduction :
« Ton papa a eu un grave accident et il est mort. Tu ne pourras plus le voir »

La visite à l'hôpital

Ce qui est souhaitable :

- Participation avec la famille
- Préparation et accompagnement
- Voir la personne décédée
- Obtenir l'accord de l'enfant et respect
- Permettre de dire au revoir (dessin, lettre, photo, rituels)

« Le chagrin cadencé ne s'assèche pas de lui-même, il s'agrandit, s'envenime, il se nourrit de silence, en silence il empoisonne sans qu'on le sache. Faites pleurer les enfants qui veulent ignorer qu'ils souffrent, c'est le plus charitable service à leur rendre. »
(Dupery, 1992)

Ressources disponibles

CLSC de votre région

ODTSQ (Ordre des travailleurs sociaux)
1 888 731 9420

Ordres des psychologues du Québec
1 800-4561-1223
www.ordrepsy.qc.ca

Deuil-Jeunesse
418 670-9772

WWW.deuil-jeunesse.com

Suicide-Action

1 866-appelle (277-3553)

Ligne info deuil

Maison Monbourquette
1 888-423-3596