

‡ COMMENT PARLER DE LA MORT AVEC LES ENFANTS ET LES ADOLESCENTS ‡

Mme Josancy

PARLER DE LA MORT

Très tôt le petit enfant aborde l'idée de la mort par les différentes expériences de perte qu'il traverse:

La perte de son animal domestique

La perte d'une peluche favorite

le fait de voir un oiseau mort dans le jardin etc..

Alors il va tout naturellement se mettre à poser des questions à ses parents, car il s'agit d'une question existentielle qui touche chaque être humain.

Alors à ce moment là, il va être nécessaire de lui répondre, avec des mots simples et clairs.

Des messages important doivent être passés:

‡ La mort est naturelle. Tout naît et tout meurt ‡

‡ On ne meurt que lorsqu'on a fini de vivre ‡

‡ On ne sait pas quand elle arrive ‡

‡ Personne ne sait ce qu'il y a après ‡

‡ Etre mort c'est ne plus bouger, ne plus parler, ne plus rire. Être mort c'est définitif, c'est pour toujours.

PARLER A UN ENFANT DE LA MORT D'UN DE SES PROCHES

l'un des meilleurs moyens d'aider un enfant est de lui parler avec des mots vrais, des mots authentiques et ceci quel que soit son âge.

Son parent (ou une personne en qui il a confiance) doit lui annoncer, même s'il est dans l'émotion lui-même: ex ‡ ton papa est mort... j'ai mal, j'ai du chagrin ‡

Il est important de ne pas dire ‡ il est parti ‡ ou ‡ il s'est endormi ‡, car alors

l'enfant peut attendre qu'il revienne ou qu'il se réveille. Mieux vaut utiliser les mots justes car ceci va l'aider à engager le chemin du deuil qu'il va traverser par la suite.

LES ETAPES DU DEUIL (Selon Elisabeth Kübler Ross)

Le choc et la sidération

Le déni

La colère

La peur et la dépression

La tristesse

L'acceptation

Le pardon

La quête du sens et le renouveau

La sérénité et la paix retrouvée

Ces étapes sont indicatives, mais chacun les vit à son rythme et à des moments différents, avec des aller et retour possibles. Le deuil ne se fait pas de manière linéaire en effet mais de manière singulière à chacun en fonction de l'histoire de la personne et de ses expériences de perte précédentes.

Ce chemin du deuil nous permet de mettre le mort à sa juste place dans notre souvenir et cette place n'est trouvée qu'après avoir exploré et vécu intensément toutes les émotions douloureuses. Il s'agit donc d'accompagner l'enfant à vivre et à exprimer toutes les émotions liées à la perte.

*Voir le corps:

Il est préférable que cela soit proposé à l'enfant mais pas imposé. (surtout si le corps est endommagé)

S'il l'accepte, il doit être accompagné par un adulte à qui il pourra poser ses questions, auprès duquel il pourra exprimer son émotion.

*Se rendre aux funérailles:

Il est important (pour donner des éléments concrets à ce qui se passe, pour partager son chagrin et engager le processus de deuil) que l'enfant assiste aux funérailles avec sa famille, mais seulement s'il le souhaite.

*En cas de crémation

La crémation, par sa radicalité et par sa modalité (le feu ravageur) est parfois une image violente pour un enfant. Il s'agit donc de lui expliquer l'évènement calmement et clairement en insistant sur le fait que cette personne avait fait ce choix, et que la personne qu'il a connue est autre chose que son corps.

Le plus difficile en cas de dispersion des cendres est le fait qu'il n'y a pas, a proprement parlé, de lieu de commémoration. Il s'agit là d'être inventif et de créer avec l'enfant un endroit où le défunt sera nommé et où l'enfant pourra aller se

recueillir s'il le souhaite.

Il est important qu'un enfant touché par le deuil puisse exprimer tout ce qu'il ressent.

Parfois, l'enfant sait très bien ce qu'il ressent mais il attend que l'adulte le lui demande.

Parfois l'enfant ne sait pas comment s'appelle ce qu'il ressent. Il a alors besoin de l'adulte pour mettre des mots sur ses émotions et apprendre à les identifier.

Dans tous les cas, le dessin, les contes, les livres sont de bons outils pour l'aider à dire ce qui se passe pour lui.

Bien sûr les deuils sont différents selon la nature de la relation préexistante.

Mais les caractéristiques constantes du deuil chez l'enfant sont les suivantes:

- . Le deuil survient chez un être en pleine évolution et il va alors constituer une
✦ interférence ✧ dans son développement.
 - C'est une situation inhabituelle pour lui; alors il va se calquer sur les adultes de son entourage pour réagir.
 - Si un des deux parents meurt, l'enfant va vivre avec la peur que cela arrive à l'autre parent aussi
 - Si un des frères et sœurs meurt, l'enfant va vivre avec la peur que cela lui arrive aussi.

Chez l'enfant les étapes du deuil vont être les mêmes que chez l'adulte mais les expressions de ces différents mouvements peuvent être différents:

Le deuil va se montrer par

Le fait que l'enfant va se mettre à moins jouer

Une instabilité de son humeur (il va ✦ pleurer pour un rien ✧ par ex.)

Un fléchissement de ses résultats scolaires

Des troubles somatiques

Une difficulté à se séparer

Une attitude de surprotection par rapport au parent vivant.

Les enfants n'ont pas encore un sens intérieur suffisant de la réalité et ils ont besoin de renforcements (paroles ou actes) pour rester à son contact. On comprend alors combien l'absence d'un parent mort peut être envenimée par le silence qui entourerait éventuellement sa disparition.

De plus, l'enfant va aussi réagir en fonction de son âge et du stade de développement dans lequel il se trouve.

Le bébé, qui se vit encore comme faisant partie de sa mère, vivra le décès de celle-ci comme une véritable amputation, une perte d'une partie vivante de lui-même.

Ce deuil ne va pas s'inscrire dans sa mémoire mais dans son propre corps.

Il est très important dans ce cas de parler à ce bébé: † ta mère est morte, ça veut dire que tu ne la reverras plus jamais..c'est un événement très triste et très douloureux..et toi, tu existes, tu es vivant..et c'est XXX qui va veiller sur toi à présent †

Pour les petits enfants, les proches représentent une sécurité, une protection. Si l'un d'entre eux disparaît, l'enfant se sent perdu, livré à lui même. Il ressent une profonde détresse.

De plus, lors de la phase † oedipienne †, les enjeux sont différents: C'est en effet le moment où l'enfant ressent un sentiment amoureux pour le parent du sexe opposé et souhaite ardemment que le parent du même sexe disparaisse en tant qu'il le considère comme son rival. Bien sûr tout ceci doit rester fantasmatique et si la réalité de la mort du parent du même sexe vient coïncider avec le fantasme, c'est la culpabilité qui guette le petit enfant. Il sera alors très utile que l'adulte auprès de lui puisse lui dire qu'il n'est absolument pour rien dans la mort de son parent, frère, soeur etc..

Concernant les Adolescents: En cette période d'opposition aux parents, la mort de l'un d'eux rend réels les fantasmes les plus inavouables et peuvent provoquer chez l'adolescent beaucoup de culpabilité également. Sans compter que la disparition d'un parent rend impossible l'opposition nécessaire pour grandir et se séparer à ce moment là de la vie. Si l'adolescent ne peut pas parler de ses émotions, il peut être très utile de lui proposer d'autres lieux de parole (quelqu'un d'autre de la famille, groupe de paroles...).

Chaque enfant réagit à sa manière pour faire face à cette dure réalité de la mort d'un proche. Il est possible qu'il ne réagisse pas à l'annonce, qu'il fasse comme si de rien n'était, qu'il n'en parle pas, qu'il se déclare malade, qu'il s'invente un ami imaginaire etc...tout ceci signifie simplement qu'il fait comme ils peut avec la terrible nouvelle.

C'est seulement si ces attitudes persistent qu'il est souhaitable d'apporter de l'aide à un enfant en lui permettant de mettre des mots sur sa souffrance.

Mon propos est de rendre compte du fait que l'être humain est avant tout un être de langage; langage qui exprime son désir inextinguible de rencontrer un autre et d'établir avec lui une communication vraie et authentique. Dans son livre † tout est langage † Françoise DOLTO dit: † Les enfants ont besoin de la vérité et ils y ont droit. La vérité peut être douloureuse à entendre mais, si elle est parlée de part et d'autre, elle permet au sujet de s'en construire et de s'en humaniser †.