

L'accompagnement du deuil

«Après les cris, les larmes. Après les larmes, les plaintes et la parole vide et répétitive et stérile du regret. Puis vient le temps du récit, récit de la mort puis de la vie. »

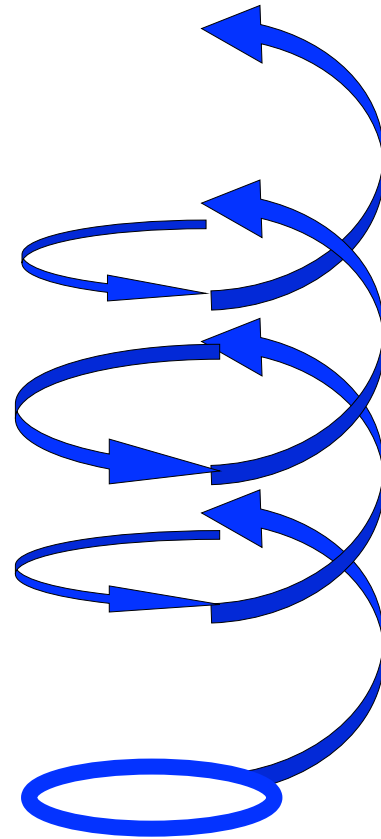
A. Chalanset



Le processus de deuil

(E. Landau repris par Y. Shacham)

- ◆ Processus de deuil opérant et en responsabilité
- ◆ Acceptation des faits et recherche de soutien en soi
- ◆ Début de résilience: analyse du deuil, construction d'analogies
- ◆ Choc et déni



- ◆ Intégration de la perte en accord avec la situation
- ◆ Abandon de l'image idéale de la personne disparue
- ◆ Colère, blâme, honte, dépression et retrait
- ◆ Enfermement dans un cercle vicieux

Que comprend l'enfant endeuillé?

- ◆ En dessous de 5 ans: pas de vraie compréhension, se « colle » à la réaction des adultes
- ◆ Entre 5 et 7 ans: début de compréhension, mais pas encore de sentiment d'irréversibilité, d'universalité, d'inévitabilité
- ◆ Après 7 ans: compréhension intellectuelle de la mort comme état final: irréversible, inévitable, universelle
- ◆ 10-12 ans: intérêt accru pour les aspects philosophiques de la mort



Que peut-on faire avec un enfant endeuillé ou soumis à un stress lié à des deuils autour de lui?

- ◆ Gérer ses propres affects d'abord, se faire aider, conseiller au besoin
- ◆ Accompagner l'enseignant qui a un rôle important, il symbolise la continuité, il est un interlocuteur de confiance, de choix
- ◆ Il faut parler de la mort, ce n'est pas tabou, ainsi les autres enfants peuvent savoir qu'en cas de besoin les adultes peuvent répondre à leurs angoisses et questionnements
- ◆ Les enfants ont besoin que les adultes leur expliquent ce qui se passe en les laissant bien à leur place, et qu'il leur soit signifié: d'une part qu'ils n'y sont pour rien et n'y peuvent rien et d'autre part que les adultes gèrent la situation



Les enfants face au deuil



- Dire les faits le plus vite possible
- Ne pas donner d'explication complexe ou illogique. Dire la vérité, utiliser le terme « mort »
- Exprimer ses sentiments devant l'enfant de façon adaptée
- Permettre et encourager les questionnements de l'enfant
- Etre empathique, offrir un support émotionnel
- Contredire gentiment les conclusions irrationnelles et/ou pathologiques
- Ne pas protéger l'enfant en l'empêchant d'être exposé au deuil
- Aider l'enfant à prendre des décisions, et à ne pas prendre de décisions hâtives

L'accompagnement du processus de deuil chez l'enfant

- Partir de là où est l'enfant
- Permettre l'expression des sentiments (ou l'absence d'expression)
- Ne pas décourager les rituels de deuil
- Etre à l'écoute de façon attentive et mesurée. Ne pas en dire trop.
- Ne pas faussement rassurer
- Donner une aide tactique
- Aider à organiser un système de support
- Aider l'enfant à retourner à une vie normale
- Garder une attitude d'aide pendant un temps approprié

