

Parler de la mort à un enfant

Parler de la mort d'un être cher à son enfant est probablement la chose la plus difficile à faire.

Adoptez une attitude réceptive et ouverte de sorte que l'enfant se sente libre de poser des questions et de partager ses appréhensions. Les enfants peuvent donner des indices qui sont susceptibles de guider l'adulte quant au dosage et au rythme de divulgation de l'information.

L'important est d'être présent, de vraiment l'écouter, d'être attentif, de ne pas faire autre chose en même temps.

Faites-lui savoir que vous vous souciez sincèrement de lui.

Montrez-vous compréhensif si l'enfant n'est pas toujours triste : les enfants peuvent être tristes à un moment et, quelques instants plus tard, jouer avec plaisir avec leurs amis. C'est normal.

Une bonne attitude des adultes permettra à l'enfant de pleurer sainement un être cher.

Si le décès est prévu, il peut être très important, pour les enfants, les adolescents et les adultes en fin de vie, de faire leurs adieux à ceux qui les entourent. On peut leur faciliter cette possibilité, par exemple en leur permettant de dire ce qu'ils souhaiteraient faire avec cette personne et, peut-être, en les y aidant.

Annoncez la nouvelle mort à l'enfant ou à l'adolescent le plus rapidement possible, de préférence en même temps qu'aux autres membres de la famille.

Dites la vérité en tenant compte de l'âge du jeune et de sa capacité de comprendre. Ne lui mentez pas à propos de la mort (ex. : « Grand-papa est parti faire un long voyage. » Ce n'est pas vrai : l'enfant risque d'attendre un retour impossible).

N'attendez pas un moment particulier pour aider l'enfant à comprendre la mort.

Encouragez l'enfant à poser des questions sur la mort et répondez-lui avec vos croyances, connaissances et ressentis. Soyez patient vis-à-vis de ses questions à propos de la mort : il ne peut pas tout comprendre la première fois.

Laissez-lui vous enseigner ce qu'il vit, ce qu'il ressent, découvrez son cheminement plutôt que de lui imposer ce que signifie le deuil pour vous.

Permettez à l'enfant de participer à l'expérience de la mort quel que soit son âge, invitez-le à assister aux funérailles (mais faites en sorte que sa présence ne soit pas trop longue, tenez compte de ses capacités), décrivez ce qui s'y passera, expliquez-en le sens et aidez-le à comprendre ce qui s'y passera. Il importe de lui permettre de respecter les traditions familiales et d'en faire partie. Il est important de l'encourager à participer aux rites mortuaires et de favoriser l'expression de ses émotions tout au long de la période de deuil. Il n'est pas souhaitable de le forcer à participer, cependant. Nous pouvons explorer avec lui les motifs de ses réticences et contribuer à l'émergence d'autres possibilités.

Les adultes qui accompagnent les enfants peuvent partager avec eux leurs propres sentiments, de façon que les enfants ne se sentent pas isolés ou anormaux.

Ne pensez pas que tous les enfants du même groupe d'âge réagissent de la même manière.

Se consoler, ça prend beaucoup de temps, et on n'y arrive généralement pas complètement, on apprend à vivre avec son chagrin.

Pour aller plus loin : **Centre hospitalier universitaire Sainte-Justine**

http://www.chu-sainte-justine.org/Famille/CISE-description.aspx?id_sujet=100127&ID_Menu=668&ItemID=2a&id_page=1454&refv=Deuil#lipa

Louis Cimon, psychologue
Responsable du programme d'aide et d'écoute pour l'Agence des partenariats public-privé, le Bureau d'audiences publiques sur l'environnement, la Commission de la fonction publique et le Secrétariat du Conseil du trésor
Téléphone : 418 644-8523

