

La pratique originale développée par Resiliam est inspirée des travaux de Julie A. Stokes, psychologue et fondatrice de l'association «Winston's Wish» pour le soutien aux enfants endeuillés. Son but est de soutenir les enfants et leurs familles confrontés à la maladie, au handicap ainsi qu'au deuil d'un proche.

# Soutenir l'enfant endeuillé

**Marie-Christine Rey**

Psychomotricienne, responsable du soutien à Resiliam

**S**elon D. Schuurman<sup>1</sup>, « Sans les bonnes conditions de cicatrisation, les enfants et les adolescents garderont leurs blessures émotionnelles tout le reste de leur vie. Nous savons que les enfants dont un parent meurt sont à risque. Ils sont plus susceptibles que d'autres enfants d'expérimenter de hauts degrés de dépression; d'avoir plus de problèmes de santé et de dangers d'accidents, de médiocres performances scolaires, plus d'anxiété et de peur, une faible estime de soi; une croyance destructrice que tous les événements de leur vie sont hors de leur contrôle; enfin, ils sont moins optimistes quant à réussir plus tard dans la vie. »

Le soutien d'un enfant en situation de deuil est avant tout une action préventive, permettant d'éviter le développement de séquelles liées à un tel traumatisme.

Lorsqu'un enfant est confronté à la maladie d'un proche dont l'issue pourrait être fatale, la communication avec lui devient difficile et, nombre de familles se trouvent totalement démunies.

Une croyance perdue, selon laquelle «les enfants n'ont pas besoin de savoir». Se réfugier dans le silence et le déni tient alors très souvent lieu de protection illusoire face à cette épreuve traumatisante.

Pourtant des recherches ont dé-

montré – largement confirmées par notre expérience antérieure – qu'il vaut mieux dire la vérité, car ne pas savoir rend anxieux et plonge dans la confusion. Préserver la confiance de l'enfant envers l'adulte, ainsi que son sentiment de sécurité, devient le défi prioritaire à relever.

Resiliam est l'une des rares organisations à proposer un dispositif d'aide préventive au sein des familles devant faire face à un deuil.

**« Le soutien d'un enfant en situation de deuil est avant tout une action préventive. »**

## QUAND UN PARENT VA MOURIR

Lorsque l'issue de la maladie d'un parent est fatale, les parents souhaitent aider leurs enfants à traverser ces moments difficiles. Il se pose alors les questions suivantes :

« Ont-ils besoin de savoir ou faut-il les protéger en leur cachant la vérité ? »

« Que dire et comment ? »

« Que faire de ma peur, de ma tristesse, de ma colère face aux enfants ? »

Toutes les familles sont différentes et trouvent leurs propres solutions. Il n'existe pas de recette,

pas de marche à suivre, mais le défi est immense et chacun peut, à un moment donné, avoir besoin de soutien.

Il est essentiel d'aider les enfants à se sentir concernés et très important de leur parler, afin de leur permettre d'exprimer leurs sentiments naturels de tristesse et de perte.

Voici quelques-unes des interrogations que peuvent formuler les enfants face à la maladie grave d'un proche :

« Est-ce de ma faute ? »

« Est-ce que tu vas mourir ? »

« Est-ce que je vais attraper ta maladie ? »

Nous aidons les parents à répondre à ces questions difficiles en leur permettant de comprendre et de réagir au mieux face aux réactions émotionnelles des enfants lors de l'annonce de l'issue fatale de la maladie. Le parent malade vit dans une grande incertitude quant aux projets qu'il peut encore faire avec ses enfants. L'une des pistes que nous proposons est la création de messages et de souvenirs qui accompagneront les enfants et qui souligneront l'amour inconditionnel de ses parents.

Nous aidons les parents à dépasser leurs peurs, à trouver les mots justes, et nous leur proposons des activités ainsi que divers moyens de communication. Ils apprendront ainsi à accueillir et parta-

ger les émotions, à mettre en place des souvenirs tangibles et des messages de vie au-delà de la mort.

Pour les familles dont un enfant est en situation de handicap mental, il s'agira alors d'adapter la communication à ses compétences, d'utiliser des moyens de communication qui lui sont accessibles et porteurs de sens. Souvent, selon la sensibilité de l'enfant, des modes de représentations plus simples devront être trouvés.

En cas d'hospitalisation par exemple, la douleur de la séparation peut être atténuée en utilisant un couple de peluches adulte-enfant. L'enfant garde la peluche adulte avec lui et le parent emmène à l'hôpital la peluche enfant. Ces objets ont une haute portée symbolique et sont toujours très investis depuis le plus jeune âge.

#### QUAND UN PARENT MEURT

Il arrive très souvent que les proches, pensant protéger les enfants, les éloignent des funérailles et évitent de parler du parent décédé. Pourtant, oublier le parent est une des plus grandes peurs des enfants en deuil. Il est capital qu'ils puissent, selon leur désir et leur âge, participer à l'organisation des funérailles et y assister.

Selon les résultats des recherches du Harvard Child Bereavement Study (Worden 96):

«Les enfants hautement connectés à la personne décédée semblent plus aptes à montrer leur douleur émotionnelle, à parler avec les autres de la mort, et à accepter le soutien de la famille et des amis. Le fait qu'ils vivent une douleur émotionnelle ne signifie pas qu'ils ont des difficultés dans le processus de deuil.»

Un des rôles importants de Resiliam est de permettre aux enfants en deuil de maintenir des liens vivants avec la personne décédée. L'enfant a besoin de pouvoir raconter et évoquer des souvenirs en toute sécurité. Nous nous ser-



© Page Romande - Indaphoto.ch

« La boîte-mémoire est un moyen pour parents et enfants d'avoir des conversations authentiques. »

vons pour ce travail d'un objet essentiel: la boîte-mémoire.

#### LA BOÎTE-MÉMOIRE

La boîte-mémoire peut être utilisée durant la maladie du parent ou après sa mort. Elle permet de transmettre aux enfants les souvenirs des moments les plus précieux et de parler du parent décédé. Des objets, comme des photos où l'enfant et le parent apparaissent ensemble, des bijoux, des dessins, des coquillages rapportés de vacances, feront de cette boîte un recueil d'histoires. Plus les enfants sont jeunes, plus la boîte-mémoire doit être remplie rapidement après la mort, car leur expérience du temps et leur capacité à se souvenir sont différentes de celles de l'adulte. C'est bien sûr d'autant plus important dans les situations de handicap mental.

La boîte-mémoire est essentiel-

lement une métaphore signifiant à l'enfant qu'il est parfaitement naturel d'avoir besoin d'aide pour conserver des souvenirs. Elle leur rappelle qu'ils ont le contrôle et qu'ils peuvent choisir de partager leur histoire et leurs souvenirs avec les personnes en qui ils ont confiance.

La boîte-mémoire est un moyen pour parents et enfants d'avoir des conversations authentiques; elle permet de se dire des choses et d'éviter les non-dits, par peur de se faire du mal les uns les autres.

La boîte-mémoire est une assurance concrète. Les souvenirs y sont contenus, précieux et intimes, déclencheurs sans prix donnant accès aux histoires qui peuvent avoir un effet profond sur le «self» de l'enfant.

La boîte offre un support pour raconter encore et encore, en toute sécurité, les souvenirs et, lorsque l'enfant grandit, le parent peut raconter de nouvelles histoires qui viendront enrichir la mémoire de l'enfant.

1 Source: Schuurman, D. (2003) Never the Same-Coming to Terms with the Death of Parent. New York: St.-Martin Press