

## Comment les enfants voient la mort ?

Les enfants ne fonctionnent pas comme nous. Leurs conceptions sont liées à ce qu'ils ressentent. La mort n'est pas naturelle : on ne meurt pas, on est tué, ce qui signifie qu'on peut échapper à la mort et qu'il existe un responsable, la mort n'est pas irréversible, la mort est contagieuse. C'est en grandissant que cela va devenir plus rationnel. Voici quelques étapes qui peuvent varier selon les enfants.

- à 3 ans : la mort c'est l'absence, la séparation, le manque.
- à 4 ans : c'est encore un jeu.
- à 5 ans : on commence à en parler sérieusement.
- à 6 ans : on fait la distinction entre la mort et le sommeil, mais la mort ne paraît pas irréversible.
- à 7 ans : la hiérarchisation des valeurs se fait, il fait la différence entre la mort d'une personne et celui d'un animal.
- à 8 ans : il comprend que la mort est universelle et définitive.
- à 9 ans : des questions commencent à arriver sur l'au-delà, parfois même des angoisses sur sa propre mort ....

### Bibliographie

**Dis, un jour, moi aussi je mourrai ?** par Jacques Arènes, édition Fleurus. Sur les deuils successifs de la vie.

**Apprivoiser l'absence.** par Annick Ernoult-Delcourt, édition Fayard. Témoignage sur la mort d'un enfant et les réactions des frères et sœurs.

**La mort et l'enfant.** par Elisabeth Kubler-Ross, Edition du Rocher. Sur l'enfant face à sa propre mort.

**Parler de la mort.** Par Françoise Dolto, éditions Mercure de France. Des mots tout simple pour en parler.

## COMMENT PARLER DE LA MORT AUX ENFANTS ?

Document pour les parents, grands parents ...



Paroisse Sainte Anne de Montjuzet

## La réalité de la mort !

### Introduction

Les enfants sont confrontés chaque jour à la mort sur leur écran de télévision. Mais lorsque le deuil frappe pour de vrai un être cher, la mort n'est plus un spectacle virtuel, c'est une insupportable tragédie. Faut-il la dire aux enfants ? Et comment ?

Devant leur chagrin, leurs questions, leurs incompréhensions face à la mort, nous préférons souvent le silence, la fuite. Nous n'osons pas parler de la mort aux enfants, parce que cela nous renvoie à nos propres interrogations et parce qu'on n'ose pas se montrer fragile.

Avec ce petit livret nous allons vous donner des conseils pour vous aider à parler avec votre enfant, ce qu'il faut dire ou faire, comment les enfants voient la mort, quels rites à vivre ...

### Parler avec l'enfant

Pour tous les professionnels de la petite enfance, il n'existe qu'une seule bonne façon de dire à un enfant que quelqu'un est mort, c'est de prononcer, dans le respect de sa sensibilité, avec douceur et attention, les mots que l'on aimerait tellement taire : « Il est mort. » Tout enfant a en lui les ressources nécessaires pour affronter la réalité de la mort. Devant le mystère de la vie humaine, il n'est ni moins ni plus fort qu'un adulte. Nommer la mort, c'est ne pas mentir et donc respecter l'enfant.

Il est important de créer un dialogue avec l'enfant, même si l'enfant ne demande rien, se tait. Le silence ne signifie pas qu'il n'a pas de chagrin. Face à certaines questions d'enfants, la meilleure réaction sera parfois de poser une autre question : « *Qu'en penses-tu toi-même ?* », « *Raconte moi ...* » ... Mais l'important est d'en parler avec lui qu'il puisse exprimer ses questions, exprimer sa douleur, sa tristesse. Souvent l'enfant a des fausses images dans la tête, il est important de pouvoir clarifier les choses, le rassurer sur certaines choses qu'il peut imaginer pour l'aider le mieux possible à vivre son deuil.

## Les rites à vivre !

Les enfants sont rassurés par les **rites quotidiens**. Ceux-ci s'avèrent être des passages d'autant plus précieux que l'évènement du deuil est déstabilisant. Il est bon de proposer à l'enfant des rituels qui permettent de concrétiser l'adieu au mort. Les rites permettent de nommer les choses, ils concrétisent ce qui est informulable.

La foi chrétienne offre de tels **rituels**, avec des mots et des gestes concrets : veillée funèbre, mise en bière, funérailles et mise en terre. Mais les enfants n'ont pas à suivre forcément toutes les étapes. Voir le mort peut aider à rendre la mort réelle. Cependant, si la personne a été abîmée par la maladie, il peut arriver qu'il vaille mieux préserver leur sensibilité.

Les parents à tort hésitent souvent à faire participer leurs enfants à l'enterrement d'un être cher, par peur de les traumatiser. En fait ce rituel représente la seule conclusion et introduit au processus d'adieu. Les **funérailles** sont la reconnaissance publique qu'une personne importante de notre vie nous a quittés. C'est un rituel qui signifie l'acceptation de cette réalité et qui met le corps physique à une place définitive qu'on pourra aller voir par la suite. Elles ont une grande importance dans le travail de deuil : ceux qui en sont exclus peuvent penser qu'ils n'occupent pas une grande place dans la famille.

Néanmoins, la **mise en terre**, avec le bruit de la terre qui retombe sur le cercueil, peut impressionner un enfant, c'est un rituel d'adulte. De même que la **crémation** : le bruit de la fournaise, qu'on entend depuis la salle de réception, peut terrifier. Il vaut mieux emmener l'enfant au **cimetière**, quelques jours plus tard, pour déposer des fleurs sur la tombe : il verra le lieu plus paisiblement.

### Prier avec l'enfant !

La prière familiale est un moment privilégié pour ouvrir son cœur. Bien des guérisons passent par elle. On peut en parler, pleurer, prier ... La personne disparue devient un intercesseur au ciel ...

## Faire s'exprimer les enfants !

### Ne pas laisser les enfants seuls

Il ne faut jamais laisser les enfants seuls devant leur douleur ou leur supposée absence de douleur ... Il faut les aider à partager leurs sentiments et à les intégrer aux émotions et aux rites de la famille toute entière. Tout moment fort de la vie gagne à être partagé.

### Parler avec l'enfant

Même si revenir sans cesse sur le sujet peut empêcher l'enfant de se tourner vers l'avenir, lui dire notre chagrin, mais sans s'appesantir, pourra l'aider aussi à se libérer de sa souffrance. Parler du disparu au quotidien, regarder ensemble des photos, permet également aux enfants d'accepter leur deuil. Si l'enfant sent qu'il peut parler, que le sujet n'est pas tabou, il pose souvent une foule de questions.

### Les moyens pour s'exprimer

Lorsqu'un enfant veut parler mais n'y parvient pas, il faut mettre à sa disposition d'autres instruments que le langage. Lui offrir un cahier pour qu'il dessine son chagrin, écrive ses pleurs et ses émotions, lui proposer de rédiger une lettre ou un poème à la personne décédée pour lui dire ce qu'il a sur le cœur : ces moyens aident à déposer la souffrance.

### Faire pleurer les enfants

Anny Duperey, qui a perdu ses parents à 9 ans, donne un conseil : *« Si vous voyez devant vous un enfant frappé par un deuil se refermer violemment sur lui-même, refuser la mort, nier son chagrin, faites-le pleurer. En lui parlant, en lui montrant ce qu'il a perdu, même si cela paraît cruel ... Pourtant, percez sa résistance, videz-le de son chagrin pour que ne se forme pas tout au fond de lui un abcès de douleur qui lui remonte à la gorge plus tard. Faites pleurer les enfants qui veulent ignorer qu'ils souffrent, c'est le plus charitable service à leur rendre ... »*

## En parler avant !

Si bien souvent, la mort nous surprend, on peut aider les enfants à se préparer en saisissant les occasions concrètes du quotidien depuis le hérisson écrasé à la mort d'une star. Autant d'occasions de se confronter à ce mystère, de l'« apprivoiser ».

*« Quand mes trois enfants étaient petits, je les ai emmenés prier devant le corps d'une personne du village qui venait de mourir. Ainsi, ils n'ont pas subi de plein fouet le choc de cette découverte lorsqu'un membre de la famille est décédé. Ils ont alors posé toutes sortes de questions, et on en a parlé de façon plus détachée. »*

Lorsqu'une longue maladie, que l'on sait fatale, mine un être cher, quelle attitude avoir ? Faut-il prévenir les enfants, ou attendre qu'elle survienne ? Si la famille accepte la vérité, l'enfant peut la recevoir, pas à pas, avec les mots qui conviennent à son âge. Mais l'enfant ne supportera pas cette révélation si la famille ne la supporte pas. Tout dépend de l'attitude des parents.

### Mon petit chat est mort !

Un animal est un point de référence pour l'enfant. Quand il perd son animal favori, il ne faut surtout pas lui cacher. C'est un moment important pour l'enfant, souvent sa première confrontation avec la mort. Il est bon de pleurer avec lui, de lui manifester notre peine. Pour éviter qu'il se culpabilise, ne négligeons pas de lui dire que cette mort n'est pas de sa faute : il a tout fait pour son animal, il l'a nourri, l'a soigné, et le voilà mort. Proposons-lui un enterrement, en général les enfants acceptent l'idée d'un rituel. L'animal a été écrasé par une voiture ? On ne va pas lui montrer le cadavre, mais lui garder une touffe de poils, qu'il pourra enterrer. L'animal s'est noyé ? Allons jeter des fleurs dans l'eau. Ce serait une erreur de racheter le même animal à l'enfant, comme si on pouvait remplacer un être vivant. Il vaut mieux lui demander ce qu'il désire. La mort de cet animal le prépare ...

## Dire la vérité !

### Ne jamais mentir !

Quel que soit l'âge, il y a une chose importante est de toujours dire la vérité, ne jamais mentir. Cela ne veut pas dire qu'il faut tout dire à l'enfant, mais que chaque fois que l'on dit quelque chose à un enfant, cela doit être la vérité. Un mensonge pour éviter que l'enfant souffre est plus dangereux que la vérité. Pour bien vivre son deuil, l'enfant doit en connaître la réalité. Il faut aussi le reconforter par rapport à certaines peurs ...

### Que dire à l'enfant ?

Il n'est pas toujours évident à dire les choses clairement à un enfant, mais il est important de bien choisir ce qu'on va lui dire pour ne pas le perturber encore plus avec des expressions fausses qui peuvent parfois provoquer de graves confusions, notamment avec un vocabulaire trop pudique ...

### *Ne jamais dire :*

- Il est parti, il s'est endormi  
On s'étonne alors que l'enfant ne veuille plus se coucher ...
- C'est merveilleux, ton papy est au ciel avec Jésus !  
C'est nier la douleur de la mort, la souffrance de l'enfant ...
- Il s'est envolé, il est maintenant dans le ciel !  
Et s'étonner ensuite qu'en avion, l'enfant le cherche ...
- Ta petite sœur est maintenant un ange !  
Ce n'est pas un ange, c'est un enfant, une petite sainte ...
- C'est la volonté de Dieu !  
Non, Dieu ne veut pas la mort, ne pas le rendre responsable ...
- Ne pas faire prier l'enfant pour la guérison d'un grand malade ...  
Le jour où la personne meurt, il se sent coupable ...

### *Des phrases à dire :*

- Il est mort, Il s'est arrêté de vivre ...
- Il n'est plus là, il a une autre manière d'être avec nous ...
- Il est avec Jésus, il est près de Dieu, il est au paradis ...

## Une rencontre personnelle !

Rencontrer un enfant en deuil est toujours une épreuve. Chaque deuil est un parcours individuel. On ne peut se mettre à la place d'une personne qui vient de perdre un être cher, ni vivre sa souffrance. On peut tout juste l'accompagner dans cette traversée, pouvoir rester ensemble, être avec, cheminer avec, sans se faire le défenseur d'un « deuil correct ».

Avec l'enfant en deuil, deux attitudes à proscrire : ressasser l'évènement ou le camoufler, le taire. L'enfant a besoin d'être devant une situation vraie, clairement dite.

Souvent la douleur de l'adulte fait écran aux questions de l'enfant. Il faut parfois répondre : « je ne sais pas, je ne comprends pas bien », et savoir rendre toujours présent le lien d'amour entre le disparu et celui qui a mal. L'adulte n'a pas à cacher sa peine, il doit prendre le temps de vivre son émotion d'adulte.

### Avec le temps ...

Après l'expérience de l'évènement, l'enfant va être confronté à l'absence. Il s'agit d'aider l'enfant à affronter cette absence, à faire son deuil. Il n'est pas rare qu'une séparation se vive avec des séquelles immédiates : cauchemars, angoisses, baisse des résultats scolaires ...

Des peurs peuvent surgir : peur de voir tout le monde mourir autour de soi ( comme si c'était contagieux ), culpabilité de continuer de vivre ( surtout si on a souhaité du mal quand la personne était encore en vie ), volonté de trouver un coupable à tout prix ...

Il ne faut pas avoir peur de les reconforter, de leur dire qu'on les aime, leur donner de l'affection. Si on ne sait pas répondre à leur question, demander au parrain, à la marraine, au prêtre ...

Faire le deuil ce n'est pas oublier, c'est en partie parce qu'on a peur d'oublier que le deuil est si douloureux. Faire le deuil, c'est savoir faire quelque chose de cette absence, quelque chose qui rend moteur, qui aide à vivre.