

L'enfant endeuillé « Comprendre, aider, accompagner un enfant confronté à la mort d'un proche »

Guy CORDIER

La notion de la mort chez l'enfant

Vers 3-4 ans : Premiers contacts de la mort avec les animaux qui ne bougent plus. Pour l'enfant de cet âge, la mort est liée au sommeil quand il voit que l'animal ne bouge plus.

Association mort et sommeil. Ils pensent que la mort c'est fermer les yeux et être dans le noir. Pour l'enfant la mort et le sommeil sont proches.

Jusqu'à 7 ans, l'enfant pense que la mort est réversible, que la mort ce n'est pas pour toujours. Il manifeste peu de chagrin car il pense que c'est réversible.

L'enfant attend un retour. Pour eux la mort c'est une séparation prolongée. L'enfant attend.

L'enfant va se poser le sens de la vie. Il continue à lui parler et cette relation vivante surprend son entourage (comment il mange ? Est-ce qu'il a froid ?) Pour l'enfant, la mort est seulement une séparation qui se prolonge, il ne peut admettre le non retour. Comme l'attente devient longue, il s'irrite, devient agressif, il tente de s'imaginer où vit celui qui est mort. (qu'est-ce qu'on fait quand on est dans le ciel, quand on est mort ?) Il se soucie de la santé de ce mort.

Vers 6 ans notion de fantôme. Cette période est marquée par la peur des fantômes (étape intermédiaire, médiateur entre la vie et la mort, le fantôme est un mort presque vivant, il est un objet transitionnel mortel).

Fantôme médiateur entre le monde de la vie et le monde de la mort.

Fantôme = objet transitionnel.

Ex : Fiona a peur que le fantôme de sa mère revienne frapper aux carreaux de sa chambre.

Jusqu'à 6-7 ans, on meurt parce qu'on a été tué ou parce qu'on a eu un accident. La mort n'est pas perçue comme un phénomène naturelle.

Vers 7 ans, l'enfant prend conscience du caractère irréversible de la mort. Quand on meurt c'est pour toujours. L'attente prend fin.

Qu'est-ce qu'on peut faire quand on est mort ?

Est-ce qu'il sait qu'il est mort ?

Est-ce qu'on vit quand on est mort ?

Il prend conscience de l'irréversibilité la mort.

Ex Antoine parle toujours de son frère Julien au présent.

Puis l'enfant apprend la caractère inexorable de la mort(tout le Monde va mourir)

la mort revêt un caractère irréversible et inexorable (tout le monde va mourir !). L'enfant se pose des questions sur la naissance des bébés mais aussi sur la mort. Il sait qu'on meurt quand on est vieux mais il ne s'angoisse pas pour ça car il est difficile pour lui de s'imaginer vieux. Cependant, la mort d'un proche peut entraîner des conduites régressives, des problèmes de sommeil et surtout une peur de grandir : il ne mange plus, ne veut plus aller se coucher afin d'échapper à la nécessité biologique de la mort.

C'est à 10 ans que l'enfant acquiert la notion d'universalité de la mort. Il se rend compte que la mort touche tout le monde même les plus jeunes. Quand un proche très petit décède, cela entraîne deux phobies universelles : la peur d'être enterré vivant et la peur de la

décomposition par les vers (la mort étant souvent représentée comme un squelette propre débarrassé de toutes impuretés.).

2. Les différentes expressions du chagrin chez l'enfant

Les expressions du chagrin de l'enfant sont souvent sous estimés par les adultes et les enfants sont ainsi souvent écartés des rituels.

- 1^{er} symptôme : Trouble du sommeil : l'enfant retarde le moment d'aller se coucher, il veut dormir avec le parent restant, il a peur de ne pas se réveiller.
- 2^{ème} symptôme : conduites régressives : L'enfant a l'idée que la mort est contagieuse et qu'elle va emporter les autres membres de sa famille. Il est en collage avec le parent restant, il s'accroche par un effort de maîtrise.
- 3^{ème} symptôme : somatisations diverses : énurésie, maux de ventre, pleurs.
- 4^{ème} symptôme : troubles scolaires : Ils sont fréquents et méconnus. Ils se prolongent parfois longtemps après le décès. L'enfant est inattentif, rêveur, ailleurs, distrait, dans son monde. Il y a également des troubles de la mémorisation. L'enfant a des difficultés à apprendre ses leçons, le souvenir du mort est marqué d'interdit (les souvenirs ne peuvent remonter). Il y a parfois interdiction de pleurer ce qui entraîne de l'agressivité et du refus d'apprendre. Le souvenir est trop douloureux par défaut d'expression.
- 5^{ème} symptôme : agressivité importante : Plus nous aimons quelqu'un, moins nous supportons son manque, plus nous sommes en colère contre cette personne et nous l'exprimons contre les proches. L'enfant devient colérique, insulte le parent restant et se trouve dans une grande violence verbale.

3. Difficultés spécifiques du travail de deuil

3 mouvements sont à l'œuvre :

1. l'acceptation de la réalité

La réalité est la conséquence directe de ses désirs pour l'enfant. L'enfant ne croit pas à l'annonce de la mort. Il le sait mais il ne le croit pas. Il continue à croire que peut-être la personne va revenir.

2. la remémoration des souvenirs

L'évocation des souvenirs est faite en les idéalisant afin de prolonger leur présence. L'enfant lutte contre un sentiment inconscient de culpabilité. Il n'évoque pas spontanément les souvenirs du défunt car il ne prend pas le risque de faire de la peine à son entourage. Parfois, il se protège de ses affects par le silence comme si le souvenir était frappé d'interdit. Cela peut entraîner une amnésie sur cette mort et sur ce qui s'est ensuivie (il ne se souvient ni ces circonstances, ni du lieu, ...). Parfois, des enfants se refusent à toute évocation même quand les parents le souhaitent. C'est le refus du déni de réalité de la mort qui s'exprime par l'absence de manifestation de chagrin. La présence du mort prend une autre forme. Il lui parle seul dans sa chambre.

3. le sentiment de culpabilité

Tout enfant endeuillé se sent coupable de la mort de son proche. Par des troubles du comportement, il cherche à se faire punir (surtout si l'enfant vit l'ambivalence). La colère et la haine sont à la mesure de son amour pour le proche. Il a une représentation négative sur lui-même (refoulement, hargne contre lui-même, dépression, accident sur lui-même, punition) ou sur ses proches (parent restant, fratrie, camarade). Vers 2-5 ans, la pensée magique de l'enfant conduit celui-ci à croire que tout est de son fait. Il est dans la rivalité oedipienne. Aussi, si son rival meurt, il pense que c'est de sa faute. Le désir inconscient de toute puissance entraîne la culpabilité.

L'enfant peut-il quand même faire un travail de deuil ? Oui, il le peut mais ce travail ne s'achèvera qu'à l'âge adulte. Es ruptures, d'autres deuils peuvent réveiller les affects. Aider l'enfant c'est venir en aide à ses parents car l'entourage a un rôle déterminant.

4. **Quoi dire, quoi faire ?**

A dire : L'enfant a besoin de savoir la vérité. La personne aimée est vraiment morte, pas seulement partie au ciel ou en voyage. Il faut dire la vérité sur la cause du décès (même si c'est un suicide) pour ne pas être prisonnier du secret. Il faut surtout dire qu'il n'est en rien responsable de la mort. Lui expliquer que quand quelqu'un qu'on aime beaucoup vient de mourir, il arrive souvent qu'on se sente coupable parce qu'on était jaloux, qu'on lui a dit une méchanceté... Lui dire que les parents qui restent ne sont pas en danger de mourir eux aussi. La mort arrive plus souvent quand on est vieux. Avec les jeunes seules certaines maladies très graves peuvent entraîner la mort. L'enfant a besoin de savoir que son entourage va tout faire pour lui malgré les difficultés engendrées par le décès (changement de domicile, perte de salaire, inquiétude pour l'avenir, anxiété, hyper vigilance, peur d'être abandonné mais aussi solidarité familiale).

Toujours dire qu'on continuera à aimer celui qui est mort, qu'on ne l'oubliera pas (fête, anniversaire).

A faire : Proposer à l'enfant de participer au rituel du deuil car c'est le moment où la peine s'exprime le plus. Quand il est écarté de la cérémonie, cela ajoute à sa culpabilité. D'abord leur expliquer les conditions de la cérémonie, comment cela va se passer, dire qu'on sera triste. En reparler plus tard, si l'enfant refuse. Encourager la relation avec le souvenir car se souvenir c'est prolonger la présence de celui qui est mort. Favoriser l'expression des sentiments douloureux, des affects (honte, peur, colère) car il n'est pas facile d'exprimer ce que l'on ressent.

Ce qui est difficile pour le psy d'aider les enfants endeuillés c'est sa propre difficulté à accepter que nous allons mourir. Mais prendre conscience de ses manques, de ses fragilités, de ses limites est ce qui fait que l'on est humain.

« Les voies du deuil suivent les lignes de nos fragilités inscrites dans le cristal du sujet »
FREUD