

Face au deuil d'un parent, comment aider l'enfant ?

Les témoignages d'auteurs ayant perdu un parent durant leur enfance aident à mieux comprendre la manière dont un enfant vit la perte, ce dont il a besoin pour faire face et continuer à se développer, tout en construisant un souvenir souple et vivant du parent disparu sur lequel il pourra s'appuyer. Cette prise en compte ouvre des pistes pour les adultes qui les entourent et qui souhaitent les accompagner dans ce cheminement.

© 2013 Publié par Elsevier Masson SAS

Magali Molinié

Helping children who have lost a parent. The testimonies of authors having lost a parent during their childhood offer a better understanding of the way in which children experience such a loss, what they need to help them deal with it and continue to develop, while creating a supple and living memory of the deceased parent from which they can draw support. These are important areas to explore for the adults who are close to the bereaved children and who want to support them.

© 2013 Published by Elsevier Masson SAS

De quelle manière un enfant vit-il la disparition de son père ou de sa mère ? Comment va-t-il la manifester aux adultes qui l'entourent ? À quoi ceux-ci doivent-ils être attentifs afin de soutenir ses capacités à faire face à la perte ? Avec une intelligence sensible, des orphelins nous mettent sur la piste.

Aucune histoire n'est semblable à une autre : un enfant peut perdre son père ou sa mère, ou les deux à la fois. Il pouvait vivre au sein d'une famille unie ou désunie et, dans ce dernier cas, vivre avec le parent qui disparaît, ou l'autre. Le décès peut intervenir de manière inattendue et brutale, ou au terme d'une longue maladie. Dans nombre de cas cependant, il va provoquer des changements en cascades dans la vie de l'enfant et dans celle de ses proches.

Face à des sentiments tels que l'incompréhension, la tristesse, la colère, la peur de la mort, face à des adultes qui soudain ne sont plus ceux qu'ils ont été, face à un monde qui a perdu son sens et sa stabilité, l'enfant va devoir déployer des trésors d'inventivité pour cheminer face à la perte. Il va le faire avec les moyens qui sont ceux d'un enfant de son âge et, s'il est entouré d'adultes attentifs et disponibles, en s'appuyant sur eux. Mais pour l'enfant comme pour les adultes, ce chemin est semé d'embûches et les attitudes qu'adopte l'enfant dans de telles circonstances peuvent être sources de malentendus. Quels besoins se cachent derrière ses silences, ses questions, ses colères, ses jeux ?

Cheminer face à la perte

♦ **Anne Goscinny a perdu brutalement son père, René, peu de temps avant de fêter ses dix ans.**

Devenue adulte, dans une lettre dont il est le premier destinataire, elle témoigne de la manière dont elle a longtemps rusé avec cette mort, tentant tout à la fois d'évacuer son père et de le retrouver [1] : « Maman est rentrée seule à la maison ce jour-là. Vous étiez partis tous les deux. Un seul trousseau de clé jeté sur le meuble de l'entrée. Tu étais mort. Mort. Voilà. "Mort jusqu'à quand, maman ? Et on pourra garder le chien ? Pourquoi tu pleures maman ? Je peux quand même aller jouer chez Caroline ?" [...] Voilà papa, les premières questions qui me sont venues à l'esprit quand j'ai compris ce que signifiait le bruit d'un seul trousseau de clé jeté sur le meuble de l'entrée. Bruit anodin qui pourtant allait guillotiner mon enfance.

On est samedi. Je ne sais pas du tout de quoi tu es mort. J'ai la vie pour l'apprendre. » [1]

Tout, ou presque, est dit dans ces lignes qui précèdent. L'enfance guillotinée, fracassée. Rien ne sera plus comme avant, la mort fait disparaître la quiétude, le sentiment d'invulnérabilité, entraîne des ruptures en chaîne dans l'environnement, l'entourage.

Pris dans les rets de la douleur, le parent survivant change lui aussi. Il peut être plus renfermé, moins disponible vis-à-vis de l'enfant, en difficulté pour lui expliquer les circonstances du décès, évoquer ses souvenirs du défunt. Et pourtant, les faits sont difficilement assimilables pour l'enfant. Il aura besoin qu'on les lui explique et réexplique encore.

Mots clés

- Besoin
- Deuil
- Mémoire partagée
- Orphelin
- Parole
- Psychologie
- Récit familial
- Témoignage

Keywords

- Bereavement
- Family story
- Need
- Orphan
- Psychology
- Shared memory
- Speech
- Testimony

Notes

¹ Lorsque Anne Goscinnny arrive à l'école le lundi qui suit la mort de son père, tout le monde est au courant, son décès ayant fait la une des journaux télévisés du week-end. Elle note : « *Je voulais un lundi comme les autres. Comme les autres lundis et comme les autres enfants. Pas un lundi avec un mort dans mon cartable.* » [1] (p.17).

² Bisson A. Programme de soutien aux enfants et adolescents endeuillés. Intervention de groupe destinée aux enfants, aux adolescents et à leurs parents. Service Social. 1996;45(3):103-122. Pour identifier de tels groupes dans votre région, vous pouvez consulter le site du centre national de ressources à l'adresse suivante : www.soin-palliatif.org/ecoute-info/accompagnement-du-deuil/repertoire-national

◆ **Claire a sept ans lorsqu'on lui annonce la mort de son père.** Elle pense longtemps que c'est une sorte d'entraînement qu'on lui impose, avec la complicité de son père, pour le jour où il disparaîtrait vraiment : « *Personne ne peut supporter ça [la mort du parent] sans y mettre un filtre. C'est vertigineux, c'est pas possible* », explique-t-elle à Serge Moati dans un entretien [2]. Sa mère a pensé souhaitable de lui épargner l'enterrement, ce que Claire regrette aujourd'hui : « *Je pense que ça m'aurait servi à concrétiser. Parce qu'en fait, je pense qu'un enfant a du mal à comprendre ce qu'est la mort. Même si au moment où on l'annonce, c'est très clair.* »

◆ **Ayant perdu sa mère alors qu'elle avait trois ans,** Natacha Wolinski raconte à son tour : « *Il [mon père] a beau m'avoir dit que tu ne reviendrais pas, j'ai oublié. J'oublie et il doit, une fois encore, expliquer l'inexplicable.* » [3]

Comprendre ce qu'est la mort

◆ « **Mort jusqu'à quand ?** », se demande Anne Goscinnny.

L'idée de l'irréversibilité de la mort n'est pas totalement acquise par un enfant avant une dizaine d'années. Sa personnalité, la relation qu'il entretenait avec le défunt, les conceptions de la vie et de la mort qui prévalent au sein de sa famille influencent sa capacité à comprendre.

Celle-ci se modifie progressivement au cours du temps pour se rapprocher de celle des adultes, mais elle réclame des paroles, des échanges avec ces derniers.

Les adultes doivent savoir que l'esprit de l'enfant s'échappe fréquemment lors de l'annonce, que les plus jeunes ne comprendront que petit à petit. Il leur faudra dire et redire les faits, comme dans les contes que l'enfant veut entendre sans cesse.

Les enfants apprécient d'être associés aux obsèques et, plus généralement, à la construction d'une mémoire partagée et concrète du défunt, appuyée sur les évocations de l'homme, la femme, le papa, la maman qu'il ou elle fut.

◆ « **Pourquoi tu pleures maman ?** », se demande Anne Goscinnny.

Les enfants ont aussi besoin que soit expliqué le sens des larmes ; que la tristesse, la douleur de la séparation et le sentiment d'injustice soient reconnus ; que les questions qui restent en suspens, celles auxquelles on trouvera progressivement des réponses, soient élaborées.

Un enfant n'acquiert l'idée de l'irréversibilité de la mort que vers l'âge de 10 ans

◆ « **Et on pourra garder le chien ? [...] Je peux quand même aller jouer chez Caroline ?** », pense-t-elle au même moment.

Pouvoir continuer à jouer avec sa copine, garder le chien, aller à l'école sans être pointé du doigt, pour un enfant, c'est préserver un peu de l'ordinaire de sa vie, conserver de la continuité dans son existence que la mort du parent est venue briser. Le jeu chez l'enfant n'est pas signe d'oubli ou d'ingratitude, mais une activité créative pour retisser la vie.

Préserver des continuités

Comment les adultes peuvent-ils répondre aux besoins de l'enfant ? Dans la mesure du possible, ils chercheront à le protéger des ruptures secondaires au décès en conservant le même logement, les mêmes rythmes de vie, l'école, le cercle familial et amical dans lequel l'enfant a ses repères. Si des changements sont inévitables (comme une baisse de revenus), alors il faudra inventer avec l'enfant les moyens de construire des continuités dans la discontinuité.

Anne Goscinnny raconte ainsi que lorsque sa mère revint des obsèques de son mari, elle dit à sa fille : « *Je fais ce que tu veux* », et celle-ci lui répondit : « *Alors, tu défais tes cheveux et tu mets ton pull Mickey* » [1]. L'enfant qu'elle était

alors cherchait à retrouver dans ce bon gros pull douillet et rigolo endossé par sa mère, la quiétude du monde ordinaire, celui d'avant le décès.

En cas de déménagement, un enfant saura ce qu'il souhaite conserver de son environnement familial et des objets qui lui sont attachés pour s'installer dans un nouveau lieu. Attention donc aux tentations de tout jeter, comme si l'on pouvait se débarrasser à bon compte de la douleur dans des sacs poubelles. L'enfant en grandissant pourra trouver dans ces reliques et les récits qui les accompagnent de quoi se construire une image plus riche et complexe du parent décédé, en un mot, il y trouvera une image précieuse pour sa construction personnelle.

Construire un souvenir vivant

◆ **La disparition d'un membre de la famille reconfigure les places et les manières de s'appuyer les uns sur les autres :** de la distribution des tâches domestiques aux attentes que l'on avait vis-à-vis du défunt et que l'on déplace parfois sur les vivants. Les adultes auront ainsi à penser la place qu'ils font désormais occuper à l'enfant. N'est-elle pas trop



© Igor Yaruta/Fotolia.com

Le jeu chez l'enfant n'est pas signe d'oubli ou d'ingratitude, mais une activité créative pour retisser la vie.

lourde pour lui ? Était-elle originellement adressée au défunt ?

Il n'est pas facile de passer de parent duo à parent solo. Il importe aussi de préserver autant que possible les relations de l'enfant avec les personnes de l'entourage qui peuvent ou pourront donner des éléments de réponse aux questions concernant le parent disparu : quel enfant était-il, quel homme, quelle femme, quel père, quelle mère ? Nourrir le récit de la saga familiale, des origines, construire un souvenir souple et vivant, c'est-à-dire partagé, permettront à l'enfant de se construire un « *je ressemble à* », « *je suis fils/fille de* » à partir de quoi il sera mieux à même de construire son projet de vie personnel et son désir d'être parent à son tour [4].

♦ **Les adultes de la famille, eux-mêmes endeuillés, devant faire face aux changements entraînés par la perte, ne sont pas toujours en mesure d'apporter leur soutien aux enfants.** Il peut alors être fructueux pour ces derniers de rencontrer d'autres enfants de leur âge qui vivent une expérience similaire à la leur, en dehors du milieu scolaire¹. Ces groupes de parole, encadrés par des professionnels, permettent d'aborder les questions évitées à la maison, de raconter les faits, de convoquer les questions, les sentiments, les bons et les mauvais souvenirs² [5]. En somme, d'élaborer une nouvelle relation avec le parent défunt, allégée de la douleur du deuil.

Conclusion

Au début de son texte, Anne Gosciny précise qu'elle a préparé de quoi affranchir sa lettre « *car je veux croire que tu la recevras* », écrit-elle à son père. Rassembler les fragments du puzzle du père, s'affranchir du défunt tout en lui restant fidèle, telle semble être l'équation complexe que son beau texte s'attache à résoudre.

Il nous incombe aussi de savoir accueillir de tels messages. •

Références

- [1] Gosciny A. Le bruit des clés. Paris: Éditions Nil; 2012.
- [2] Moati S. Paroles d'orphelins. Paris: Éditions Jean-Claude Lattès; 1998. p.20.
- [3] Wolinski N. En ton absence. Paris: Grasset; 2011. p.46.
- [4] Molinié M. Grandir orphelin ou l'invisible gestation du parent défunt. In : Ben Soussan P (dir.). L'enfant confronté à la mort d'un parent. Paris: Érès; 2013.
- [5] Bisson A. Programme de soutien aux enfants et adolescents endeuillés. Intervention de groupe destinée aux enfants, aux adolescents et à leurs parents. Service Social. 1996;45(3):103-22. <http://id.erudit.org/iderudit/706740ar>.

Déclaration d'intérêts
L'auteur déclare ne pas avoir de conflits d'intérêts en relation avec cet article.

L'auteur

Magali Molinié
Maître de conférences en psychologie, chercheur associé au Laboratoire de psychopathologie et neuropsychologie Université Paris 8, 2 rue de la Liberté, 93526 Saint-Denis, France mm2324@cornell.edu