



Les enfants vivent leur deuil différemment des adultes.

Notions à retenir

- L'enfant adopte un mode d'expression plus physique que direct
- L'expression orale est plus difficile
- Il adopte un cycle naturel tristesse/jeux/tristesse
- La pensée magique de l'enfant peut l'amener à croire que ses idées ont fait mourir la personne
- Il va conceptualiser la mort en vieillissant

Que vit l'enfant ?

- Confusion
- Peine, colère
- Repli sur soi
- Peur
- Insécurité
- Culpabilité
- Abandon, ennui
- et une multitude d'autres réactions

Un enfant qui a pu vivre sa peine avec sa famille, qui a pu recevoir les réponses à ses questions, qui a pu dire au revoir à l'être cher, aura une chance de grandir à travers cette expérience. Pour l'adulte, cela peut nous paraître à l'inverse, une expérience traumatisante.

En ce qui concerne le bébé ou le jeune enfant, il n'aura que très peu de souvenirs. Plus tard, ce sera « le souvenir raconté » de sa présence lors du décès de son être cher qui consolidera le sentiment d'appartenance à sa famille.



Questions et préoccupations des parents

- Quelles sont les réactions normales du deuil ?
- Quelle sont les besoins de l'enfant ?
- Comment annoncer la mort à mon enfant ?
- Est-ce que je dois amener mon enfant à l'hôpital ?
- Doit-il voir la personne ?
- À quand le retour à l'école ?
- Dois-je l'annoncer aux amis, aux professeurs ?
- Doit-on amener l'enfant au salon funéraire et à la cérémonie ?
- Comment saurais-je si mon enfant a besoin d'aide ?

Les besoins de l'enfant

- Franchise et langage simple
- Lien de confiance
- Écoute et réponses à ses questions
- Amour, sécurité, routine
- Participer avec la famille
- Respect de ce qu'il est (i.e., âge, volontés, capacité, etc.)
- Mettre des mots sur ses maux : « Est-ce que tu as plus mal au ventre quand tu penses à maman ? »

Facteurs qui peuvent modifier ses réactions

- L'accompagnement reçu par ses proches
- L'âge, la maturité, la personnalité
- La relation qu'il entretenait avec la personne décédée
- Les types de séparation qu'il a connu auparavant
- La nature et les circonstances du décès

La conception de la mort chez l'enfant

Le concept de mort est très complexe. Son acquisition se fait tranquillement au fil du développement. Le discours de l'enfant nous fait croire qu'il comprend bien, mais ses questions nous démontrent clairement ses limites de compréhension : « Papa reviendra-t-il à Noël ? Toi, tu ne mourras jamais ? Qu'arrive-t-il vraiment quand on meurt ? »

Il est difficile de savoir si un enfant ou un adolescent a compris votre explication sur la mort. Les enfants ont besoin de comprendre :

- La mort est la fin du fonctionnement du corps
- La mort est inévitable pour tout le monde
- La mort est provoquée par une cause physique (la pensée ne peut faire mourir personne)
- La mort fait partie du cycle de la vie
- On ne revient pas de la mort

Cela semble évident pour les adultes, mais de nombreux enfants ne comprennent pas complètement la mort avant l'âge de 12 ans. Respectez la capacité de votre enfant à faire face à la situation.

N'hésitez pas à dire que la mort est un mystère et qu'il est normal de se sentir confus.

L'annonce du décès

Par le parent ou un proche, le plus tôt possible :

- Dans un endroit intime
- Avec l'aide d'intervenants
- Laisser du temps, répondre aux questions, répéter
- Langage simple sans détour et déduction : « Ton papa a eu un grave accident et il est mort. Tu ne pourras plus le voir... »

La visite à l'hôpital

Ce qui est souhaitable :

- Préparation avec la famille
- Préparation et accompagnement
- Voir la personne décédée
- Obtenir l'accord de l'enfant et respecter son choix
- Permettre de dire au revoir (i.e., dessin, lettre, photo, rituels)

« Le chagrin cadennassé ne s'assèche pas de lui-même, il grandit, s'envenime, il se nourrit de silence, en silence il empoisonne, sans qu'on le sache. Faites pleurer les enfants qui veulent ignorer qu'ils souffrent, c'est le plus charitable service à leur rendre. »

— Duprey, 1992

Les rites funéraires ont 4 grandes fonctions :

- Confirmer la certitude de la mort
- Faciliter l'expression de la douleur
- Exprimer le soutien de la communauté
- Accueillir la vie qui continue

« Dans la tristesse, les visages connus sont consolants même s'ils sont tristes. »

— Masson, 2006

Le retour à l'école :

- Communication parent-enseignant
- Repos et retour aux activités quotidiennes, respect du rythme de l'enfant
- Dialogue, accompagnement
- Annonce aux amis avec l'accord de l'enfant : les pairs peuvent être un bon support
- Aide extérieure au besoin

Quand s'inquiéter

C'est vous qui connaissez le mieux votre enfant, vous saurez probablement s'il a des difficultés.

Réactions qu'il peut manifester :

- Cauchemars
- insomnie
- problème de rendement
- ou de comportement à l'école
- régression
- repli sur soi
- agressivité
- imitation excessive du défunt

Si les réactions de votre enfant semblent excessives, demandez le soutien d'un professionnel.



Aucun deuil n'a de durée prédéterminée, il faut accompagner l'enfant dans son deuil au fil des années.

Ressources

Suicide-Action 1 800 appelle (227-3553)	CLSC de votre région
Deuil-Jeunesse www.deuil-jeunesse.com 418 670-9772	Ordre des psychologues du Québec www.ordrepsy.qc.ca 1 800 561-1223
Portail Palliatif Canadien www.deuildesenfants.ca	ODTSQ (Ordre des travailleurs sociaux) 1 888-731-9420

Références

Masson, J. *Mort, mais pas dans mon cœur*. Logiques, 2010.

Contenu adapté du CHU de Québec

Conception Renée L'Heureux et Valérie Beaupré du comité du don d'organes de l'Hôpital de l'Enfant-Jésus du CHU de Québec avec le support de Josée Masson.

© 2025 janv. 30, Centre universitaire de santé McGill

DM-5359 (REV 2025/01/30) CUSM Multimedia MUHC G5 - 241605