

L'Enfant confronté à la mort d'un proche

par Maryse Métra

Suicide, maladie, accident... nous accueillons en rééducation des enfants confrontés à la mort d'un proche, parfois à la mort de l'un des parents.

Émilie a perdu sa sœur jumelle à la naissance, sa mère est entrée dans une relation symbiotique avec elle pour remplacer le bébé mort. Jérôme est né après la mort d'un autre enfant dans la famille ; enfant de remplacement, il semble attaché à une image fantasmatique d'un enfant dont on n'aurait pas fait le deuil (Re-né ?)

La mère d'Alexandre est morte en le mettant au monde, au manque s'ajoute une culpabilité.

Le frère de Victor a la mucoviscidose, ses parents lui recommandent de se tenir en marge du groupe classe, de crainte qu'il ne ramène des maladies infectieuses à la maison ; l'école fait courir un risque de mort à son frère, est-il aisé de d'y investir ?

Plusieurs stagiaires ont suivi des enfants en rééducation confrontés à la mort d'un proche, dont deux garçons qui ont chacun perdu leur père. Ils sont signalés parce qu'ils manquent de repères (re-père ?) dans l'espace et ont des problèmes de graphisme.

La grande sœur d'Elisa est *une étoile qu'on regarde briller dans le ciel*, est-ce pour cette raison que la fillette est si souvent "dans la lune" ?

Madame Y s'est noyée accidentellement, laissant cinq enfants orphelins, tous élèves des écoles maternelle et élémentaire où je travaillais.

En cas de décès, les collègues des écoles sont souvent décontenancés face à l'événement. Devant cette difficulté, ils font parfois appel au RASED. Nous pouvons les aider à aider l'enfant, le deuil ne doit pas occulter la vie qui continue ; la scolarité se déroule, avec ses exigences, et c'est parfois ce qui permet à l'enfant de ne pas s'abandonner à sa peine et de continuer à exister. Si on pense à l'enfant comme "orphelin", on le renvoie en permanence à son problème, à son manque. L'école est un lieu où l'enfant continue à vivre avec moins de difficulté qu'à la maison car il n'y ressent pas le vide de l'être cher comme à la maison.

Fiction ou réalité, il nous faut réfléchir à cette réalité de la vie : la mort.

Selon F.DOLTO, l'enfant doit intégrer l'instinct de mort pour avoir l'instinct de vie.

Cette fiche de synthèse reprend différentes théories figurant dans la bibliographie, des conférences et des émissions de radio sur ce sujet.

L'enfant et la mort

La notion de mort est un phénomène progressif lié aux expériences de vie de tout être humain. Les représentations que les enfants ont de la mort dépendent :

- de ce qu'ils ont vu et entendu sur ce sujet
- de ce qu'ils ont vécu
- de leur âge et de leur maturation.

Ils voient des images à la télévision, ils ont entendu des contes... c'est repris par les parents. Quand on ne dit rien, l'enfant reste avec ses questions sans réponse.

A chaque âge, l'enfant peut avoir une compréhension de la mort, grâce à l'accompagnement de l'adulte :

- Avant 5 ans, l'enfant est encore très imprégné d'une pensée magique et égocentrée. C'est impossible pour lui d'admettre la réalité et l'irréversibilité de la mort. Il est dans l'actuel en permanence, il pense que le monde gravite autour de lui et qu'il est responsable de ce qui arrive. Quand il pose des questions sur la mort, F.DOLTO proposait cette réponse toute simple "*on ne meurt que quand on a fini de vivre*".

- Entre 6 et 9 ans, l'enfant assimile la notion d'irréversibilité (plus jamais) il apprend à se situer dans le temps et prend progressivement conscience de son devenir. Cependant, le couple vie-mort n'est pas antinomique, la mythologie des fantômes peut servir de phénomène transitionnel entre le déjà mort et le toujours vivant. Dans ses dessins, il rend la mort représentable (cimetière, squelettes...).

- A partir de 9 ans, il assimile les notions d'universalité (tout le monde) et d'implication personnelle (moi aussi, un jour), qui vont à l'encontre de la notion de permanence de l'objet. Il prend conscience de sa propre finitude, et de celle des autres. C'est ainsi que la mort devient source d'angoisse.

- L'adolescence est une période difficile pour vivre un deuil. Elle ajoute de l'insécurité, des manques de repères, et conduit souvent à des prises de risque inconsidérées.

Pour les enfants, la mort n'est pas naturelle, elle n'est pas irréversible, elle est contagieuse.

L'irréversibilité est dure à accepter. La mort est réversible dans les rêves, car les morts que l'enfant a connus reviennent dans ses rêves, habitent ses souvenirs. Certains parlent avec le mort, c'est une façon d'entretenir le souvenir et progressivement, cette relation peut s'intérioriser.

Certains enfants se fabriquent un parent imaginaire après un décès, ou s'identifient (plus ou moins consciemment) à lui, ou s'approprient un objet qui lui a appartenu. C'est une façon de faire vivre en soi celui qui a disparu. D'autres parlent beaucoup de fantômes, c'est une manière de maintenir une illusion de présence.

Selon Michel HANUS, les enfants confrontés au deuil sont en situation de révolte et il reste toujours une part de chagrin qui se réveille plus tard.

La notion de perte

Le processus d'acceptation de la perte passe généralement par différentes phases :

- le choc au moment de la perte avec une double dimension : affective et corporelle
- le refus ou l'anesthésie émotionnelle : "*ce n'est pas possible*"
- la protestation, les larmes, le sentiment d'abandon, ou la colère projetée sur le monde environnant
- la dépression (douleur, difficultés à fonctionner et troubles des fonctions vitales)

- la négociation ou l'acceptation intellectuelle, on reconstruit ses repères, on a des rêves anticipatoires qui montrent qu'on se remet en projet, on recherche des souvenirs, des objets
- l'acceptation progressive de la réalité, même s'il reste toujours une part non acceptable
- les nouveaux attachements.

Certains enfants ont du mal à se lier, à s'attacher, parce qu'ils ont peur de perdre. Ils se sentent abandonnés par celui qui est parti. D'autre part, un décès entraîne souvent des bouleversements matériels et une avalanche de pertes : sa maison, sa chambre, ses habitudes, son école...la nouvelle organisation, les nouveaux modes de garde...

La vie est une succession de séparations, de pertes, par lesquelles l'enfant grandit. C'est un processus d'adaptation. L'angoisse de mort est un problème existentiel fondateur, quel que soit l'âge de l'individu.

Le deuil

Selon le dictionnaire de psychopathologie clinique *"état de perte d'un être cher, s'accompagnant de détresse et de douleur morale, pouvant entraîner une véritable réaction dépressive et nécessitant un travail intrapsychique pour être surmonté"*.

C'est un travail personnel, un chemin à parcourir qui consiste à assumer la réalité de la perte d'un objet investi (un être cher, un objet extérieur, ou de façon plus narcissique, une image de soi, un idéal). C'est une expérience d'infinie solitude, les processus sont en grande partie inconscients. On en sort, mais toujours avec une trace, une cicatrice indélébile, avec laquelle il faut apprendre à vivre.

Le deuil est une épreuve de la vie qui nous fait reconsidérer notre rapport au monde. Le deuil permet de recentrer sur l'essentiel, il montre les limites de la vie.

Le processus de deuil *s'arrange* avec l'absence, pour apaiser la douleur et permettre la continuité de la vie malgré les séparations. La période dépressive qui apparaît à ce moment-là témoigne de la réalité de la perte. L'énergie libidinale peut alors se libérer pour de nouveaux investissements.

La souffrance ressentie durant cette période est un mécanisme de défense pour rester vivant, elle fait partie intégrante du processus de deuil. Elle se manifeste chez l'enfant pendant quelques mois : insomnies, perte de l'appétit, cauchemars, petites maladies, troubles du comportement, difficulté scolaire, difficulté à s'intégrer dans un groupe...

Quand les circonstances de la mort sont tragiques, on focalise sur ces circonstances, mais avec le temps, on se rend compte que ce qu'il advient du deuil tient essentiellement à la relation que l'on entretenait avec la personne disparue.

Michel HANUS définit différentes formes de deuil chez l'individu :

- le deuil normal : il se passe assez rapidement, et dans 95% des cas
 - o en trois étapes : détresse, dépression, adaptation
 - o par un processus qui intègre un désinvestissement, une intériorisation, une identification à l'objet disparu, de la culpabilité et un détachement final

- le deuil compliqué : il y a un blocage du travail avec une prolongation de la phase dépressive, des manifestations psychosomatiques, ou des passages à l'acte suicidaires pour retrouver l'être perdu...
- le deuil pathologique : il y a un retard de l'apparition de l'affliction, puis une prolongation au-delà de deux ans avec une menace réelle sur la santé psychique (psychose mélancolique ou maniaque, deuil obsessionnel, hystérie de deuil...).
Au lieu de garder le souvenir de l'objet d'amour, on l'incorpore en soi avec toute la libido qui y est rattachée.

Le Dr Michel HANUS propose une consultation de l'enfant chez le pédopsychiatre six mois après le deuil. Selon lui, un deuil non fait ou mal fait, c'est comme une bombe à retardement.

Pour *faire son deuil*, l'individu, emprisonné dans un espace intime et douloureux, doit s'appuyer sur d'autres au sein d'un espace collectif. On voit l'importance que peut représenter l'école pour un enfant qui a vécu un deuil.

Sinon, la mort reste subie et le passé est réinvesti compulsivement. Il faut un autre au moins à côté de soi qui prenne soin de notre solitude de *vivant abandonné*. L'enfant qui vit un deuil regarde autour de lui. Si les adultes qui l'entourent ne peuvent faire le deuil du mort, l'enfant ne le pourra pas non plus. Ils peuvent parler à l'enfant de ce qu'ils ressentent.

Certains adultes pensent protéger l'enfant des émotions douloureuses en ne parlant pas du deuil, mais n'est-ce pas plutôt une façon de se protéger de ces émotions qui nous sont pénibles ? Pleurer ensemble la mort d'un être aimé (fut-ce un hamster) permet de reconnaître ses émotions, ses ressentis, et de les assumer. C'est ainsi qu'on apprend à "vivre", en repérant la profondeur de sa vie émotionnelle.

La fonction des rites

Les rites sociaux prennent là toute leur importance, mais ils ont tendance à s'amenuiser dans nos sociétés où l'individualisme rend "*l'être avec*" très difficile.

Face à la mort, il faut offrir une aire d'élaboration, sous la forme d'une présence individuelle pour s'occuper de celui qui vit, et/ou sous forme d'une reconnaissance collective (condoléances, hommages...). Les *rituels de deuil* mis en place de tout temps par les sociétés humaines ont visé à favoriser le bon déroulement de ces processus psychiques, en leur fournissant un cadre apaisant et structurant. Plus largement, ces rituels peuvent fournir un recours contre l'angoisse de la mort. Avant, on *portait le deuil* (couleur noire), on parlait de ce qu'il fallait faire ou ne pas faire.

Les enfants peuvent être associés à certains rituels, car ils ont besoin de sentir qu'ils ne sont pas exclus du cercle familial. Le chagrin collectif est une étape nécessaire dans le travail de deuil. Les fantasmes sont parfois plus insupportables que la réalité. On peut leur proposer d'aller aux enterrements ; nous accepterons leur refus, mais en les invitant à parler des angoisses que cela soulève en eux.

La capacité de l'entourage à entendre et accepter les émotions de l'enfant est fondamentale. Consoler l'enfant, ce n'est pas le faire taire, c'est l'accompagner, c'est l'aider à mettre des mots, à se détacher de cet objet d'amour disparu, pour le maintenir en pensée à l'intérieur de lui.

Mickaël, Moyenne section, est mort, renversé par une voiture en sortant de l'école maternelle. Voici les mots prononcés par la maîtresse : *"Mickaël est mort. On ne le verra plus, mais il peut vivre encore dans notre cœur, et nous, on continue à vivre. Vous avez le droit de vivre, de jouer, de grandir, d'être heureux ensemble et avec vos parents"*.

Relation entre le deuil et le temps

"Par définition, un événement partage la durée en deux ensembles : ce qui est antérieur, ce qui est postérieur. La mort d'un roi, celle d'un proche, jouent le rôle d'une frontière dans le temps, séparant l'avant de l'après". Albert JACQUARD (A toi qui n'es pas encore né. Calmann Lévy. 2000).

Le travail de deuil se déroule selon un certain processus, selon un temps qui ne peut pas être programmé. On ne peut pas parler d'avenir aux personnes en deuil, car le deuil se vit au jour le jour. Quand on souffre, la notion de temps change, le travail du cœur ne se règle pas sur un calendrier. Pendant le deuil, le temps s'arrête, il n'intéresse plus le sujet. C'est un temps paradoxal. Le premier anniversaire de la mort est toujours très important. Les anniversaires qui suivent permettent d'évaluer comment le sujet s'est arrangé avec cette disparition.

Dans les classes touchées par un deuil, il faut éviter d'entrer dans la répétition. On peut instituer un moment pour en parler, ou un lieu pour déposer des messages, des dessins dédiés au disparu.

Liens entre mort et culpabilité

Les enfants ont tendance à ressentir une culpabilité ou une part de responsabilité suite à la mort de l'un des proches. Plusieurs facteurs entrent en jeu :

- la manière dont la mort était évoquée avant l'événement lui-même
- la qualité relationnelle singulière de l'enfant avec le parent avant le décès.

Dans leur monde de toute-puissance, ils peuvent se sentir coupable. Ils veulent souvent aider le parent qui reste pour qu'il aille mieux et qu'il retrouve au plus vite ses repères.

Pour comprendre ce qui est en jeu, nous allons faire un détour par la pathologie et la psychanalyse. Il y a toujours deux formes de culpabilité,

- une objective, qui nous fait prendre une part de responsabilité dans cette mort
- une inconsciente liée à l'ambivalence des sentiments que nous éprouvons à l'égard du disparu.

C'est en analysant ses ressentis après la mort de son père que FREUD a recueilli des matériaux essentiels de sa théorie. Dans une lettre à FLIESS, le 2/11/1896, il parle *"d'une tendance au sentiment de culpabilité, tendance très générale chez les survivants"*. C'est dans *"Deuil et mélancolie"* (1917) qu'il analyse la logique du deuil et de la mélancolie, il y a dans les deux phénomènes un retour sur soi pendant un temps plus ou moins long. Le mélancolique est hanté par l'idée d'un châtement qui doit s'exercer sur lui-même. Confronté au sentiment de dénigrement de soi, selon FREUD, on est vite convaincu que *"la perte d'objet s'est transformée en une perte du moi"*.

La souffrance permet d'expié ce sentiment de culpabilité.

Quand on tait la vérité à l'enfant, il peut s'imaginer toutes sortes de choses qui vont renforcer ce sentiment de culpabilité, surtout chez l'enfant de moins de quatre ans qui a une vision très égocentrée du monde qui l'entoure.

Les mots qui entourent la mort

Selon Michel HANUS, tout adulte qui accueille un enfant ayant perdu un proche, doit pouvoir dire de manière très simple : *J'ai appris que ton père était mort. Il t'aimait beaucoup, et toi aussi, tu l'aimais beaucoup. Tu as beaucoup de chagrin...il a eu un accident, mais ce n'est pas de ta faute...Il sera toujours dans ton cœur.* Lui parler un langage clair en restant dans la réalité, mais sans en rajouter.

Il est important de montrer à l'enfant que c'est un sujet qu'il peut aborder avec nous, nous lui laissons l'espace de s'exprimer, mais en évitant de le provoquer sur ce sujet, par exemple, en lui posant des questions.

Parler de la mort permet à l'enfant de se remémorer, de prendre conscience de ce qui n'est plus, d'exprimer ses sentiments, d'évoquer des images. Le silence et la désinformation sont des causes de traumatisme supplémentaires pour l'enfant.

Il est important de dire la vérité en s'adaptant à son langage. Le mensonge risque d'engendrer une perte de confiance de l'enfant à l'égard de l'adulte.

Pour comprendre ce qui se joue parfois en séance, il est important que nous puissions savoir ce qui a été dit de la mort à l'enfant et de ses circonstances : *"papa est dans le ciel...il se repose... il est au paradis... mamy s'est transformée en une étoile... maman est partie faire un long voyage... elle dort... elle est toujours avec nous..."*.

Les réactions de l'enfant sont dépendantes de l'environnement et du deuil de ceux qui restent. Si parler de la mort est impossible, le deuil n'est pas possible, et la vie non plus... L'absence de parole est un indice de mort. Dire à l'enfant qu'on n'a pas de réponse à ses questions, c'est aussi lui répondre d'une façon honnête et sincère.

Les dits et les non-dits ont toute leur importance. Est-ce qu'on a parlé des raisons du décès? A-t-on attendu longtemps avant de l'annoncer à l'enfant ? On peut dire à un enfant endeuillé qu'il n'est pas coupable, pas en danger, et que l'on continuera à penser et à aimer celui qui est mort.

Les psychiatres témoignent que des états de dépression chronique chez l'adulte peuvent trouver leur origine dans un deuil non parlé dans l'histoire du sujet.

Dans "L'enfant, la psyché et le corps" (Payot. 1999), un court texte de D.W.WINNICOTT *"La perte et ses conséquences chez les jeunes"(1968)* écrit à l'intention des directeurs du Cruse Club qui organisaient des groupes de parole pour les veuves et leurs enfants :

"L'enfant à qui on ne laisse pas le temps de vivre ce chagrin et ce désespoir cachés se construit une fausse personnalité, enjouée, superficielle et infiniment facile à distraire. On se plaint alors qu'il a du mal à se concentrer ou qu'il passe d'une relation à une autre sans réussir à se faire des amis".

Il faut aider l'enfant à transformer la relation, à l'intérioriser, pour vivre avec.

Le symbole et la mort

Il est fréquent que dans les jeux, les enfants meurent, tuent le rééducateur. C'est une façon d'exprimer qu'on peut dépasser la mort. La mort signifie parfois *immobilité*, pour d'autres, c'est *l'absence*. Jouer à la mort aide aussi l'enfant à reconnaître la mort et à l'intégrer.

L'enfant garde en mémoire le souvenir de la relation qu'il a eue sous forme de symboles, qui peuvent ainsi apparaître en rééducation. L'enfant va jouer ce qu'il a perdu, ce qu'il aurait voulu voir exister, ce qu'il voudrait modifier s'il le pouvait...

La relation rééducative et les médiations peuvent aider l'enfant à reconstruire de façon symbolique tous les éléments représentatifs de son travail de deuil. Les contes proposent des supports qui permettent à l'enfant de *s'arranger* avec son deuil.

Conclusion

Nous aurions abordé ce problème d'une autre manière si vous envisagiez de travailler dans un hôpital. Parler de la mort à un enfant est une chose, parler de sa mort en est une autre !

Dans ce cas, lire "*L'enfant et la mort*" de Ginette RAIMBAULT (Privat. 1975). Cette psychanalyste a eu des entretiens avec des enfants malades, leurs parents et leurs médecins.

Fiche de synthèse rédigée par
Maryse MÉTRA. option G
UFAIS de Lyon. 18/10/2002

Bibliographie pour les adultes

ARFEUX-VAUCHER G.	<i>La vieillesse et la mort dans la littérature enfantine de 1880 à nos jours.</i>	Imago	1994
BOWLBY J.	<i>Attachement et perte</i>	PUF	1984
DEUNFF J et coll.	<i>Dis maîtresse, c'est quoi la mort ?</i>	CNDP Dijon	1991
DOLTO Françoise	<i>Parler de la mort</i>	Mercure de France	1998
FORRESTER Viviane	<i>Van Gogh, l'enterrement dans les blés</i>	Seuil	1983
FREUD Sigmund	<i>Essais de psychanalyse (ch. 2 : notre relation à la mort)</i>	pbp	1981
FREUD Sigmund	<i>Deuil et mélancolie</i>		1917
GOLSE Bernard	<i>Les questions incontournables des enfants</i>	ESF	1994
HANUS Michel	<i>L'enfant endeuillé</i>	Frison Roche	
KLEIN Mélanie	<i>Essais de psychanalyse (le deuil et ses rapports avec les états maniaco dépressifs p341-369)</i>	Payot	1967
MOATI Serge	<i>Paroles d'orphelins</i>	J-C LATTES	
POROT Maurice	<i>L'enfant de remplacement</i>	Ed. Frison Roche	1996
RUBIN Gabrielle	<i>Travail du deuil, travail de vie</i>	L'Harmattan	1998

Reuves

Autrement	n° 87 <i>La mort à vivre</i>		
	n°128 <i>Deuils</i>		1994
Cahiers de psychologie clinique n°12.	<i>Temps, rythmes et rites.</i>		
	article collectif <i>L'enfant et les morts.</i>		1999

Livres pour enfants:

<i>Adieu oncle François</i>	de D.K TOURNEUR	Casterman
<i>Adieu Valentin</i>	de Marit KATDHOL	L'école des loisirs
<i>Au revoir Blaireau</i>	de Susan VARLEY	Folio Benjamin
<i>Deux grands amis</i>	de Aliko	Flammarion
<i>Grand-papa</i>	de Burningham	Flammarion
<i>Un si gentil grand-père</i>	de B.LESOURD	Desclée de Brouwer
<i>Je n'ai plus jamais de chien</i>	de J.R THOMAS	L'école des loisirs
<i>La découverte de Petit Bond</i>		L'école des loisirs
<i>L'enterrement</i>	de Rosa CAPDEVILA	Le Centurion
<i>Nanie d'en haut et Nanie d'en bas</i>	de Tomie de Paolo	Centurion
<i>Oncle éléphant</i>	de A.LOBEL	L'école des loisirs
<i>Souviens-toi Rémi</i>	de M.GODET	Cerf

Association

Michel HANUS est président de la Société de la Thanatologie (17 rue Feutrier. 75018. PARIS) qui fournit de l'aide aux étudiants et aux chercheurs sur la mort et tout ce qui s'y rattache.