

# LES PHASES DU DEUIL CHEZ L'ENFANT

Les psychologues s'accordent pour reconnaître 4 phases de deuil chez l'enfant.

1. La révolte, elle peut durer de quelques heures à quelques semaines et se manifeste par de la colère et de la peur.
2. Le déni, il peut être imbriqué dans la première période. C'est le refus de croire à la réalité de la disparition de la personne. La participation aux rituels joue ici son rôle pleinement. L'enfant qui n'y participe pas peut douter de la parole des adultes. Il peut penser que la personne n'est pas morte et bloquer ainsi « son travail de deuil ».
3. La dépression, ou plutôt le syndrome dépressif, il se manifeste par de l'angoisse, de la tristesse avec des variations d'intensité et parfois de l'agressivité. Quand la douleur est trop intense, l'enfant peut avoir le souhait de rejoindre la personne aimée décédée. Ceci peut l'entraîner vers des conduites à risque.
4. La réorganisation est la dernière phase qui se caractérise par la fin des manifestations. L'enfant met en place progressivement des comportements, des idées, de nouveaux modèles de vie.

Quand un « travail de deuil psychologique » dépasse 2 ans, l'enfant « s'installe dans la dépression » entraînant des troubles du développement cognitif.

Certains enfants se mettent dans une attitude de fidélité rigide au défunt, bloquant ainsi toute possibilité de construire de nouveaux liens affectifs.

Dans ces circonstances, il convient de faire accompagner l'enfant par un thérapeute.

L'attitude de l'adulte joue à cette période un rôle fondamental. Si l'adulte ment ou ne répond pas aux questions de l'enfant, ce sont ses facultés de la pensée qui sont grandement menacées.

Contrairement à ce qu'on peut penser, dire la vérité sur la mort de la personne apaise l'enfant et l'aide à élaborer la perte, le manque.

L'enfant ne parvient pas toujours à mettre des mots sur ce qu'il ressent. L'adulte (\*s'il sent que c'est juste pour lui) peut mettre des mots simples que l'enfant entend, comprend et reçoit en lui donnant le droit d'être triste, d'être en colère, de ne pas vouloir en parler...

Parfois, la médiation par un livre peut aider à aborder ce sujet. Il faut reconnaître que même pour les adultes, ce n'est pas facile de parler de la mort, et encore moins à un enfant.

Toutefois, avec bienveillance, l'adulte peut expliquer à l'enfant que ceux qui meurent continuent à vivre dans le cœur de ceux qui les ont aimés.

L'enfant peut demander à faire un dessin, écrire un texte, un poème,... ce que l'enfant en fait, c'est son affaire.

Françoise DOLTO conseillait de dire aux enfants quand ils abordent les questions relatives à la mort : « on meurt quand on a fini de vivre », cette lapalissade rassure totalement les enfants qui passent par des moments de grande anxiété relative à la mort.

\*Parler de la mort, peut réveiller chez l'adulte l'angoisse de sa propre mort. C'est pour cela que qu'il est difficile d'en parler. Inutile que l'enfant reçoive en plus l'angoisse de l'adulte qu'il a en face de lui.

Donc parler de la mort, de façon juste, c'est « être au clair » soi-même et pouvoir en parler sans être envahi (voire, contaminé) par ses sentiments de tristesse ou de colère.