

Annoncer la mort d'un proche à son enfant

Il est parfois difficile de trouver les mots pour expliquer à un enfant le deuil de son parent ou d'un membre de la famille. Il est pourtant nécessaire de pouvoir l'accompagner dans cette épreuve.

Faut-il lui dire la vérité ?

La mort, le deuil, le chagrin sont des étapes de la vie dont on ne doit pas exclure l'enfant quelque soit son âge.

Il est nécessaire d'expliquer la vérité à l'enfant de la manière la plus appropriée à son âge, et d'être prêt à répéter l'explication autant de fois que nécessaire.

Il est indispensable de permettre à l'enfant de poser des questions à son propre rythme et d'y répondre de façon concrète.

Il est important d'être conscient que des expressions telles que « Il s'est endormi... » Peuvent être traumatisantes pour l'enfant de 3 à 6 ans qui a tendance à prendre au pied de la lettre ce genre d'explications se demandant ainsi s'il ne risque pas de mourir aussi quand il s'endormira.

Il peut être extrêmement rassurant pour votre enfant dans ces périodes difficiles que vous lui disiez bien que vous êtes prêt à parler avec lui de la mort et à répondre à toute question qu'il pourrait se poser.

Faut-il qu'il assiste aux obsèques ?

Les parents se posent souvent la question.

Il est nécessaire pour l'enfant de comprendre que la mort est définitive. Les paroles et explications n'ont pas toujours l'effet voulu.

Il est important que l'enfant ne se sente pas mis à l'écart, l'enfant a le droit d'y prendre part. C'est un moment pour lui d'affronter sa douleur étant soutenu par toute sa famille.

Il sera utile de désigner un adulte (parrain, marraine, oncle, tante..) qui s'occupera de l'enfant pendant toutes les obsèques.

Dans tout les cas, il est nécessaire de lui demander très directement s'il souhaite y participer et de respecter son choix.

Pourquoi n'a-t'il pas l'air triste ?

Un enfant ne manifeste pas son chagrin comme le fait un adulte. Il vit le deuil également mais l'exprime différemment car il ne maîtrise pas bien la verbalisation de ses émotions. De plus, avant l'âge de 7 ans la conception de la mort n'est pas la même que chez l'adulte.

Pour l'enfant la mort n'est ni naturelle, ni irréversible et elle est contagieuse.

Il ne vit pas continuellement dans le chagrin. Des moments insoucians et de profonde tristesse alternent.

Il peut jouer, rire, s'amuser.

Au cours de son deuil l'enfant a besoin de continuer à entretenir des relations avec la personne disparue qui devient alors imaginaire, tout en sachant bien qu'elle est morte. De même, il joue la mort et l'enterrement. Tous ces phénomènes ne sont pas pathologiques ; ils aident l'enfant à construire son deuil, il est donc nécessaire de respecter ces manifestations.

Il est judicieux de donner à l'enfant un objet ayant appartenu personnellement à la personne disparue qu'il va conserver comme un souvenir précieux et un lien intime avec lui.

Mise à jour le 30/08/2017

*Cette fiche a été élaborée par RMA
Ressources Mutuelles Assistance*