



Bon à savoir

Perdre un membre de sa famille, un proche, son animal de compagnie... Autant d'événements douloureux auxquels on peut parfois s'attendre, mais rarement s'y préparer et encore moins y préparer les enfants. Comment les aider à traverser au mieux cette épreuve.



Que dire de la mort?

Voici quelques façons différentes d'aborder la mort avec votre enfant :

- Mourir, c'est ne plus vivre;
- Parler de l'arrêt du fonctionnement du corps;
- Dire que la personne ne souffre plus;
- Dire que la personne ne peut plus voir, entendre, sentir, bouger, respirer et parler;
- Dire que le cœur a cessé de battre, son sang ne circule plus dans ses veines;
- Dire que la personne n'a plus mal.



Analyse des solutions

Selon le type de décès, voici quelques exemples de la façon dont nous pouvons annoncer le décès :

- ❖ **La maladie** : Ton papa n'a plus mal, il est décédé cet après-midi;
- ❖ **La mort subite** : Il est arrivé quelque chose de terrible à ta maman, elle est morte. Son cœur s'est mis à ne pas bien aller et il s'est arrêté. On appelle cela une crise de cœur;
- ❖ **Un accident** : Ton papa a eu un grave accident aujourd'hui sur la route qui le menait au travail. Il a frappé un camion, son auto est très brisée et il est mort;
- ❖ **Un suicide** : Papa s'est suicidé / enlevé la vie. Il a utilisé une corde / il est mort par pendaison. Lorsqu'on a des difficultés, il y a d'autres solutions;
- ❖ **Homicide** : Expliquer simplement ce qui s'est passé et soutenir l'enfant dans les possibles répercussions du syndrome du survivant;
- ❖ **Un corps introuvable** : Dire à l'enfant ce que nous savons et essayer de l'aider à accepter la crédibilité et l'irréversibilité de cette mort.

Il est important de dire que c'est pour toujours et que la personne ne reviendra jamais, même si ces mots ont peu de sens pour l'enfant. Il ne faut pas avoir peur d'utiliser le mot « mort », peu importe l'âge de l'enfant.



Comment annoncer la mort à un enfant?

« L'enfant peu importe son âge, se doit d'être mis au courant de la mort et de ses circonstances, dès le début. » Annoncer la mort avec simplicité et franchise, et ce, en expliquant l'état réel de la situation et en allant droit au but. Expliquer avec douceur qu'il est arrivé quelque chose de grave à la personne qu'il aime beaucoup et ajouter immédiatement qu'elle est morte ».



Interventions aidantes:

- ❖ Accueillez la réaction de l'enfant;
- ❖ Expliquez avec simplicité la vraie raison de la mort en s'assurant d'avoir les bonnes informations;
- ❖ Ne donner pas trop de détails, l'enfant posera ses questions au fur et à mesure de son développement;
- ❖ Adaptez le vocabulaire selon l'âge de l'enfant;
- ❖ Évitez les longs discours;
- ❖ Dites à l'enfant qu'il est normal d'avoir du chagrin et qu'il peut garder dans son coeur l'amour et les souvenirs de la personne décédée. C'est rassurant.



Clin d'œil

L'enfant endeuillé va se souvenir de ce qu'on lui dit de la mort et l'interpréter. Il est donc important de vérifier sa compréhension.

À imprimer et
mettre sur le frigo