

À l'école, comment faire face à l'épreuve du deuil

Lorsqu'ils sont confrontés au deuil durant leur scolarité, les enfants apparaissent souvent moins démunis que les adultes. Pour affronter cette épreuve, l'école et le cercle familial doivent néanmoins veiller à faire émerger l'expression de leurs émotions et de leurs sentiments.

- Xavier Renard,
- le 29/10/2019



Le rôle des psychologues scolaires peut s'avérer salutaire pour aider les enfants, surtout lorsque les signes de détresse se prolongent.
MANON ALLARD/GETTY IMAGES

Il y a presque deux ans, en plein hiver, un petit garçon de 5 ans succombait à une grippe foudroyante. L'annonce du décès a paralysé la vie de son école du Centre-Val de Loire pendant plusieurs semaines. Sous le choc, l'équipe pédagogique a eu l'idée de proposer aux élèves, quelques jours après les obsèques – réservées à la famille et aux très proches – un lâcher de ballons depuis la cour de récréation.

Les parents de l'enfant, Arnaud et Lucie*, ont été bouleversés par ce moment solennel. Ils expriment leur « reconnaissance » à l'égard du corps enseignant, en particulier de la directrice de l'école maternelle, qui a su trouver des mots réconfortants et « apporter cette chaleur qui enveloppe ». Chaleur dont le couple et ses deux autres enfants ont encore tant besoin. Les époux ont reçu avec gratitude toutes les marques d'attention des parents et des enfants, comme les nombreux dessins et petits mots en hommage à leur garçon.

Davy Dom, une jeune mère célibataire établie à Tours (Indre-et-Loire) a éprouvé des sentiments semblables à la mort de son deuxième enfant, en mai dernier, quelques mois seulement après sa naissance. Son aîné, scolarisé en maternelle dans une institution privée du centre-ville, a été « entouré par ses camarades, qui lui faisaient des câlins comme pour partager sa peine et aspirer son chagrin, témoigne-t-elle. Je trouve ça si beau de la part des enfants, que l'on dit souvent durs entre eux. »

Les cérémonies d'hommage, une bonne chose

Mais quand de tels drames surviennent, qu'en est-il de l'accompagnement des camarades de classe, exposés, pour certains, à leur première expérience de la mort ? Peu formés « à la question taboue de la mort », comme le regrette Sophie, une directrice d'école récemment retraitée, les enseignants se retrouvent souvent eux-mêmes fragilisés quand ils doivent affronter de telles situations. Au cours de sa carrière, elle a souvent dû « se débrouiller seule, avec les moyens du bord », parfois avertie à la dernière minute d'un deuil dans la famille d'un de ses élèves. « Face à cela, il n'y a jamais de réponses univoques. Il faut respecter ce que demandent les principaux intéressés,

qui ne veulent pas forcément être aidés, tout en étant à l'écoute des camarades de classe, qui peuvent être remués ».

À cet égard, le rôle des psychologues scolaires peut s'avérer salutaire pour aider les enfants, surtout lorsque les signes de détresse se prolongent. Mais leur rayon d'action est de plus en plus étendu, notamment à l'orientation. « *Et cela restreint malheureusement leurs capacités d'intervention* », regrette l'ancienne directrice d'école. Quand un deuil frappe à l'école, toutes les idées de cérémonies d'hommage – comme un lâcher de ballons, la plantation d'un arbre, la réalisation d'un dessin collectif ou d'un album photo, etc. – sont, pour Laetitia Bluteau, psychologue clinicienne à Neuilly-sur-Seine (Hauts-de-Seine), « *une bonne chose, à condition qu'elles soient le fruit d'une réflexion collective* ».

Dès 5 à 6 ans, les enfants « tout à fait capables de comprendre »

Pour ne pas avoir à réagir à de tels événements dans la précipitation, Sophie suggère de généraliser les espaces de dialogue tout au long de l'année, sous la forme d'ateliers « *philo* », dès le plus jeune âge. Pendant plus de dix ans, elle a organisé dans sa classe de CP ces moments d'échanges ouverts « *et libérateurs pour certains enfants plus inhibés le reste du temps scolaire* », aux cours desquels elle abordait, autour d'un album de littérature jeunesse par exemple, « *des sujets de société, des questions générales, tout ce qui touche à la vie et donc à la mort* ». L'opportunité lui était offerte de porter des messages clairs et sécurisants, d'expliquer simplement « *le déroulement de la vie* ».

Séduite par cette approche, Lucie est convaincue que les enfants portent en eux « *cette gravité de l'existence* ». Ce dialogue essentiel constitue une leçon de vie bénéfique, « *qui doit leur faire prendre conscience que, vivants, nous n'avons droit qu'à un seul tour de manège* ». Selon la psychiatre, Catherine Chalumeau, un enfant, dès l'âge de 5 à 6 ans, est « *tout à fait capable d'entendre que la mort est un événement qui fait partie de la vie et de comprendre qu'il s'agit d'une épreuve du réel à surmonter* ».

Les actions menées à l'école ne doivent pas minimiser le rôle primordial des parents, pas toujours à l'aise lorsqu'ils abordent ce sujet. Sophie a entendu des phrases préjudiciables prononcées par des adultes. Il est préférable, par exemple, de « *ne pas dire à un enfant que quelqu'un est parti quand celui-ci est mort. Il faut se mettre à sa place, imaginer qu'une telle phrase implique forcément une illusion de retour* ». Ce type d'exemples peut favoriser l'émergence d'un choc traumatique de l'enfant, qui « *absorbe la détresse des parents* », fait remarquer Laetitia Bluteau.

« On confond trop livre et médicament »

Lucie a ressenti l'impuissance et le grand désarroi de certains parents d'élèves. À peine arrivée dans la commune lorsque la mort brutale de ce petit garçon est survenue, une maman d'élève a éprouvé « *les plus grandes difficultés à trouver les mots justes* » pour répondre aux interrogations et aux angoisses de son fils, qui « *n'arrivait plus à regarder la photo de son copain affichée dans la classe jusqu'à la fin de l'année* ».

D'autres ont cherché des livres comme bouées de secours. La perte d'un être cher a toujours été traitée par les auteurs de littérature jeunesse, « *surtout à travers la mort d'un adulte, la maladie, par la métaphore animalière, plus rarement, néanmoins, quand il s'agit de la disparition d'un enfant* », note Rachel Chéneau. Cette librairie de Tours, travaillant chez Libr'enfant, est stupéfaite de recevoir trop souvent « *des adultes en perdition, confrontés à des sujets graves ou sensibles, qui confondent trop souvent le livre avec un médicament miraculeux. Un livre ne remplacera jamais la parole d'un adulte* ». Contribuant à « *véhiculer des paroles qui rassurent* », le recours à la fiction reste toutefois un bon moyen de prendre de la distance sur ces événements.

*Les prénoms ont été modifiés à leur demande

En cas de décès, « accueillir la parole des élèves, sans chercher à la susciter »

Au fil du temps, l'école a appris à aborder collectivement un décès touchant l'un des membres de la communauté éducative. Les réponses de Marie-Agnès Monnier, psychologue de l'éducation nationale.

- Propos recueillis par Denis Peiron,
- le 29/10/2019



« Il est essentiel d'informer les élèves, voire leurs parents, sans entrer bien sûr dans les détails de la vie privée ni verser dans le morbide. C'est essentiel car à défaut, les rumeurs ont tôt fait de circuler, notamment sur les réseaux sociaux, quant aux causes du décès. »

Comment l'établissement scolaire fait-il face à un deuil, par exemple lorsqu'un élève perd l'un de ses parents ?

Marie-Agnès Monnier : Dès qu'il est prévenu, le chef d'établissement réunit généralement le conseiller principal d'éducation, le professeur principal, l'infirmière, la psychologue, et l'assistante sociale pour faire une annonce aux pairs, expliquer pourquoi le camarade est absent, discuter de la manière dont on peut l'accueillir au mieux à son retour. On indique alors aux élèves qu'ils peuvent venir, seul ou en groupes, échanger avec l'adulte de leur choix. Ce que certains font car le décès les renvoie souvent à un deuil qu'ils ont eux-mêmes vécu plus ou moins récemment ou accentue leur peur de la mort liée par exemple à la maladie de l'un de leurs parents.

L'essentiel est de respecter le temps de l'enfant, du jeune. Certains réagissent sur le moment, se mettent à pleurer, et d'autres pas. Mais il faudra être attentifs à tout le monde dans les semaines, les mois qui suivent. Il s'agit d'accueillir la parole des élèves sans nécessairement la susciter. De même, lorsque le défunt était un de leurs propres professeurs, un membre du personnel, voire un camarade, certains peuvent éprouver le besoin de se rendre à l'inhumation, d'écrire une carte à la famille, et d'autres pas. Il faut respecter ces choix.

L'école doit-elle forcément jouer la transparence ?

M-A.M. : Il est essentiel d'informer les élèves, voire leurs parents, sans entrer bien sûr dans les détails de la vie privée ni verser dans le morbide. C'est essentiel car à défaut, les rumeurs ont tôt fait de circuler, notamment sur les réseaux sociaux, quant aux causes du décès.

L'institution s'est-elle améliorée dans la gestion de telles situations ?

M-A.M. : Le collège ou le lycée est parfois encore démuni. Comme peut l'être n'importe quel humain qui, face à un décès, à un drame, reste sans voix. Mais l'institution a compris, au fil du temps, qu'on gagne à aborder collectivement les événements de ce type. Il est précieux de pouvoir s'appuyer notamment sur la psychologue de l'établissement, formée pour accueillir l'émotion avec une certaine distance, sans jugement, dans une posture professionnelle. Lorsqu'un élève ou un enseignant meurt brutalement ou se suicide, le principal ou le proviseur peut aussi solliciter auprès du rectorat la mise en place d'une cellule de crise, avec des collègues spécialement formés et extérieures à l'établissement.

L'école doit-elle, dans des circonstances de ce type, s'emparer du sujet de la mort, largement tabou dans notre société ?

M-A.M. : Elle peut le faire, en fonction de l'âge des enfants et au moment opportun, sans que cela ne doive apparaître systématique. S'il estime que cela répond à un besoin de la classe, s'il se sent capable de le faire, n'importe quel professeur peut engager avec ses élèves une discussion philosophique sur le sujet et leur rappeler que la mort fait aussi partie de nos existences. Cela suppose un cadre clair, un climat de confiance, le respect de la parole de l'autre, la confidentialité des échanges. À ces conditions, cela peut s'inscrire dans une démarche éducative.

Oser parler de la mort avec les enfants

- CHRISTINE LEGRAND,
- le 29/10/2013 à 14:18

Il est important d'expliquer à l'enfant les rites des funérailles, ou de lui proposer de venir au cimetière. Une façon de lui montrer qu'il peut continuer à entretenir la mémoire de la personne aimée. LAINPICTURE/READYMADE-IMAGES/JO

«Les enfants en savent autant que nous, les adultes, à propos de la mort, c'est-à-dire rien du tout», disait le psychiatre Daniel Oppenheim. Et les adultes osent peu en parler avec eux. Ils pensent qu'ils sont trop jeunes, qu'ils ne vont pas comprendre. Ils ne veulent pas non plus leur montrer leur ignorance.

Et puis les enfants sont tournés vers la vie, on ne veut pas les inquiéter. *« Mais on projette aussi sur eux nos propres peurs, et au prétexte de les protéger, on leur refuse le droit à la parole »,* constate Marie Blondeau, consultante-formatrice en accompagnement du deuil et bénévole à Jalmalv (Jusqu'à la mort, accompagner la vie). Une fédération qui milite depuis des années pour qu'on « ose » parler de la mort avec les enfants (1).

Face à la mort, les enfants en effet sont souvent plus à l'aise que les adultes. Très tôt, ils se posent des questions, « jouent » avec la mort, sont capables de dire à leur grand-mère : *« Tu es vieille, tu vas bientôt mourir. »* Sigmund Freud constatait déjà (en 1915) qu'on voulait « éliminer la mort » par notre silence, parce qu'on se pensait immortel. Et que seuls les enfants s'autorisaient à passer outre à cette « limitation » de paroles que les adultes s'imposaient.

Depuis quelques années, des progrès ont été accomplis. La littérature enfantine sur le sujet est de plus en plus florissante. Les magazines de Bayard jeunesse, *Pomme d'Api Soleil* (4-8 ans) et *Filotéo* (8-13 ans) abordent le sujet une fois par an. Les parents sont plus à l'écoute. Mais les enfants ont l'art de poser leurs questions existentielles *« On va où quand on est mort ? »*, quand on rentre épuisé du travail ou qu'on étend le linge... Et on se sent souvent démuni pour leur répondre.

Certaines écoles ont créé des ateliers philo dès la maternelle, où la question est spontanément abordée ; d'autres continuent à l'occulter. Y compris dans les situations les plus dramatiques. *« Quand un élève décède, ou perd l'un de ses parents, certains établissements mettent en place un soutien psychologique, d'autres ne font rien »,* constate Marie Blondeau. Et les petits orphelins (environ un par classe en primaire) vivent encore trop souvent leur deuil dans la solitude, voire la honte, comme le montrent les témoignages poignants publiés dans la revue *Autrement* : *« Invisibles orphelins »* (2).

Pourquoi est-ce si important d'en parler ?

« Même tout petits, les enfants ont envie qu'on leur parle des deux grands vides, avant et après la vie », souligne Sophie Furlaud, responsable éditoriale de *Pomme d'Api Soleil*. *« Il faut que l'enfant sente qu'il a le droit d'en parler »,* insiste Marie Blondeau.

Sinon il restera seul avec ses questions ou en discutera avec ses copains, fantasmera sur ce qu'on lui a caché, ce qui l'angoissera encore plus. Parler de la mort, c'est parler de la vie. C'est un acte éducatif qui *« aide un enfant à se construire, à grandir »*. Il est important de le faire avant qu'il se trouve personnellement confronté à un deuil. *« Un enfant qui a pu élaborer en amont des pensées sur la mort vivra le deuil d'un proche plus sereinement »,* constate-t-elle.

En cas de décès d'un proche, lui parler devient un « devoir », une « obligation ». Quel que soit son âge : même un bébé a droit à la vérité. Le désir de protéger les enfants contre des souffrances que nous pensons trop lourdes pour eux leur porte en réalité préjudice. Ils peuvent vivre ce silence comme une sorte d'abandon, qui s'accompagne fréquemment d'un sentiment de culpabilité.



Cela vaut aussi en cas de décès d'un animal familial, auquel les enfants sont souvent très attachés, précise Marie Blondeau : ils vivent sa perte comme un vrai deuil. Cacher la mort d'un animal à un enfant peut lui faire perdre confiance dans les adultes.

L'enfant est-il capable de « comprendre » ce qu'est la mort ?

Les psys estiment en général qu'un jeune enfant n'est pas capable de se représenter le caractère « irréversible » de la mort, le « plus jamais ». L'absence est ressentie comme temporaire et l'enfant peut s'imaginer, par exemple, qu'un parent décédé peut revenir. Ce n'est qu'entre 8 et 12 ans qu'il prendrait progressivement conscience de son côté irrévocable et universel.

Mais d'autres, comme le philosophe Éric Fiat (au congrès Jalmalv 2013) pensent que, dès sa naissance, « *l'enfant "sait" qu'il aurait pu ne pas être et qu'il ne sera plus* ». Et quand un enfant de 5 ans demande « *quand on est mort, c'est pour toute la vie* », il pressent son caractère définitif.

Comment lui en parler ?

Parler avec un enfant, c'est d'abord l'écouter. Être attentif aux questions qu'il pose. Et que l'adulte se rassure : « *L'enfant ne va poser que les questions dont il se sent capable d'entendre les réponses* », prévient Marie Blondeau.

Quand l'enfant n'est pas directement affecté par un deuil, on peut même lui retourner ses questions, lui demander son avis : « *Et toi, qu'est-ce que tu en penses ?* » « *Les adultes ne se rendent pas compte à quel point un enfant très jeune a déjà un savoir et des représentations sur la mort* », dit-elle.

S'il trouve, par exemple, un hérisson mort sur le bord de la route – c'est souvent son premier contact physique avec la mort, on peut laisser surgir ses questions, qui sont souvent très concrètes (est-ce qu'il a mal ? a faim ? a froid ?). On peut s'aider aussi des nombreux petits livres pour enfants qui abordent le sujet. Et oser dire parfois « *je ne sais pas, je vais y réfléchir* ».

Quand l'enfant est confronté au deuil d'un proche, il est difficile de donner des conseils généraux, et l'écoute de l'enfant doit se faire sur le long terme. Une enquête menée par des psychologues en oncologie auprès d'enfants dont les parents étaient atteints d'un cancer a montré qu'ils réclamaient explicitement qu'on leur dise la « *vérité avec des mots gentils* ». Il faut dans tous les cas essayer d'employer les mots « justes », simples et vrais : prononcer le mot « mort » et non « parti », sinon l'enfant peut penser que le défunt va revenir. Chaque adulte parlera aussi en fonction de ses convictions religieuses. En respectant cette règle d'or : ne jamais lui mentir, et être le plus authentique possible, car l'enfant sent très bien si on croit à ce qu'on dit.

Où va-t-on après la mort ?

« *Pouvoir transmettre l'espérance chrétienne, l'idée d'une vie qui ne finit pas, une vie d'amour auprès de Dieu, est assez rassurant pour l'enfant* », souligne Bénédicte Jeancourt, responsable éditoriale de *Filotéo*.

« *En même temps, la résurrection pour les tout-petits, c'est un peu inquiétant*, nuance Sophie Furlaud, car leur dire qu'on va tous se retrouver fait rejaillir encore plus de questions, auxquelles les adultes ne sont pas toujours capables de répondre, car ils n'en savent pas grand-chose, en dehors de ce qu'en ont dit les apôtres. « *Dans Pomme d'Api Soleil, on s'en tire en les faisant réfléchir sur les "passages" où la vie a triomphé sur la mort, à travers des exemples concrets. On peut leur parler de l'expérience de Jésus, que ses amis ont revu vivant, et qui a promis qu'on vivrait la même chose que lui.* »

« *Même quand on est chrétien*, précise Bénédicte Jeancourt, *il est important de bien dire aux enfants que la mort est la fin de quelque chose. Ils ont besoin de savoir comment le corps pourrait dans la terre, et réclament des réponses quasi-scientifiques !* »

Il est essentiel aussi de leur dire que la mort n'est pas l'oubli, que la personne aimée continue à vivre dans notre souvenir. Et de parler régulièrement à l'enfant des personnes défuntées qu'on a aimées (y compris d'un grand-père qu'il n'a pas connu). Évoquer ces souvenirs peut être aussi très gai.

L'associer aux funérailles ?

Les spécialistes pensent qu'il est bien de proposer à un enfant de voir le corps du défunt, pour qu'il puisse constater la réalité physique de la mort, mais aussi dire adieu à la personne aimée. À condition que l'enfant soit d'accord et qu'on l'y prépare. Mais ne pas voir le défunt ne l'empêchera pas non plus de faire son deuil.

Il est important en revanche de lui expliquer les rituels de funérailles, de lui proposer d'y participer, de l'emmener au cimetière. Il pourra ainsi entendre ce qui sera dit du défunt, sentir des liens familiaux et amicaux autour de lui, mais aussi faire un dessin, écrire une lettre, confectionner un petit cadeau. Autant de façons de lui signifier que la mort n'est pas la fin de la relation et qu'il pourra continuer avec d'autres à entretenir la mémoire de la personne aimée.

Partager aussi nos émotions ?

Certains parents n'osent pas pleurer devant eux, voulant les protéger. Les enfants de leur côté n'expriment pas toujours leurs émotions, voulant aussi protéger leurs parents. Si bien que chacun reste un peu dans sa bulle. Or il n'y a pas de deuil sans chagrin et il est important que l'enfant sache que l'on est triste. Certes, il ne s'agit pas de le noyer dans nos émotions d'adulte, il faut sentir ce qu'il est capable de partager, et surtout lui expliquer qu'il n'est pas responsable. Mais il est nécessaire d'accepter de partager un peu de sa tristesse avec un enfant, pour qu'il s'autorise à exprimer la sienne. Cela l'aidera aussi à faire son deuil.

DES LIVRES POUR TROUVER LES MOTS

LIVRES ENFANTS

Dès 3 ans

Le Petit Livre de la mort et de la vie, Delphine Saulière, Bayard jeunesse, 9,90 €.

Au revoir blaireau, Susan Varley, Gallimard jeunesse, 45 p., 4,90 €.

Si on parlait de la mort, Catherine Dolto-Tolitch, Colline Faure-Poirée, Frédéric Mansot, Éd. Gallimard Jeunesse, 23 p., 6,20 €.

Mon Grand-Papa, Béatrice Deru-Renard, Éd. L'école des loisirs, 12,70 €.

Petit lapin Hoplà, d'Elzbieta, Éd. Pastel, 10,70 €.

Bon papa, Stibane, Pastel-école des loisirs, 10 €.

Dès 5 ans

Les Questions des tout-petits sur la mort, Marie Aubinais, Éd. Bayard jeunesse, 137 p., 14,90 €.

Le Livre de la vie : naître, grandir, vieillir, mourir, Françoise Glorion, Jalmalv, 36 p., 1,90 €.

Dès 7 ans

Grand-père est mort, et *Lili a peur de la mort*, Dominique de Saint Mars, Serge Bloch, Éd. Calligram, 45 p., 4,90 €.

Dès 9 ans

Le Grand Livre de la vie et de la mort, Sylvie Baussier, Sandra Poirot Cherif, Éd. Milan jeunesse, 16,50 €.

Pourquoi on meurt ?, Françoise de Guibert et Marie-Sabine Roger, Éd. Autrement junior, 47 p., 9 €.

Et aussi

Le Centre national de ressources Soins palliatif réalise chaque année une riche bibliographie de livres de littérature jeunesse, sélectionnés et commentés par des spécialistes, pour aborder avec les enfants et les adolescents (de 3 à 16 ans) la maladie grave, la mort et le deuil. Chacun pourra y trouver le livre qui convient le mieux à l'enfant en fonction de son âge, mais aussi de sa situation personnelle, qu'il soit confronté à la mort d'un proche (parent, grand-parent, frère ou sœur...) ou non.

Cette bibliographie est consultable sur le site du CNDR Soins palliatifs : www.soin-palliatif.org (rubrique « Documentation » puis « Deuil (s) et accompagnement du deuil »).

LIVRES ADULTES

Dialogues avec les enfants sur la vie et la mort, Daniel Oppenheim, Éd. Seuil, 17,20 €.

La Mort, Marie-Hélène Encrevé-Lambert, Éd. Bayard, 11 €.

(1) Liste des associations régionales sur www.jalmalv.fr.

(2) *Invisibles orphelins : reconnaître, comprendre, accompagner*, de Magali Molinié, Éd. Autrement, 20 €.

À lire : *Avec l'enfant, la question de la mort*, revue Jalmalv, sept 2013, PUG (Presses universitaires de Grenoble).

Parler de la mort avec les enfants

Les enfants cherchent à percer le mystère qui entoure la mort lorsqu'elle croise leur chemin. Leur montrer que la mort reste un grand mystère aussi pour les grandes personnes. Tout ce qui vit meurt un jour, que ce soit l'homme, l'animal, la plante...

Les enfants comprennent très bien cette notion du cycle de la vie et de la mort dans la nature. L'important est d'en parler avec eux, de leur laisser exprimer leur crainte, leur peine...

Agnès Auschitzka, psychologue, nous donne quelques pistes pour évoquer la mort

"Avant tout essayer d'être simple en utilisant des mots de tous les jours. Et ne pas hésiter à dire qu'on n'a pas de réponse à tout. C'est justement cela la vie : une quête incessante de réponses, un questionnement jamais achevé sur le sens de l'existence, existence qui a une fin sur la terre. L'adulte doit expliquer qu'il est lui aussi en chemin.

Si l'enfant s'interroge à propos d'un décès précis, il est prudent de l'aider à exprimer ce que cachent ses mots. Est-ce la peur qui domine, l'interrogation sur ce qu'il y a ensuite, sur ce que devient le corps après la mort ? En parlant avec lui, l'adulte l'aide à se comprendre, se connaître, mais préserve aussi la part de mystère qui demeure au-delà de toutes les tentatives d'explications. Parfois il suffit juste de faire écho à ce que l'enfant confie, en lui disant que l'on partage ses interrogations, sa colère ou son désarroi... (Extraits d'une interview paru dans "Points de repères" n°199.)

Agnès Auschitzka est l'auteur d'un petit ouvrage destiné aux enfants à partir de 7 ans : "Quelqu'un que tu aimais est mort..." ; Bayard éditions / centurion ;

- ISBN-10 : 2227610948
- ISBN-13 : 978-2227610941

