

DEUIL PÉRINATAL : UN DEUIL AUSSI POUR LA FRATRIE ?

Isabelle de Mézerac, Martine Piton

Presses universitaires de Grenoble | « Jusqu'à la mort accompagner la vie »

2018/1 N° 132 | pages 35 à 43

ISSN 0768-6625

ISBN 9782706142017

Article disponible en ligne à l'adresse :

<https://www.cairn.info/revue-jusqu-a-la-mort-accompagner-la-vie-2018-1-page-35.htm>

Pour citer cet article :

Isabelle de Mézerac, Martine Piton « Deuil périnatal : un deuil aussi pour la fratrie ?
», *Jusqu'à la mort accompagner la vie* 2018/1 (N° 132), p. 35-43.

Distribution électronique Cairn.info pour Presses universitaires de Grenoble.

© Presses universitaires de Grenoble. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

DEUIL PÉRINATAL : UN DEUIL AUSSI POUR LA FRATRIE ?

* ISABELLE DE MÉZERAC, AUTEURE DU LIVRE *UN ENFANT POUR L'ÉTERNITÉ* (2004) ET PRÉSIDENTE-FONDATRICE DE L'ASSOCIATION SPAMA¹

* MARTINE PITON, PSYCHOLOGUE CLINICIENNE ET PRÉSIDENTE DE L'ASSOCIATION VIVRE SON DEUIL POITOU-CHARENTES

Si le deuil périnatal est sorti de la conspiration du silence qui l'entourait, toutes ses composantes n'ont pas été encore approfondies comme elles le méritent. Celle de la fratrie confrontée au deuil de ce tout-petit, mort avant de naître ou né juste pour mourir, en est bien une. Pourtant, il est primordial d'aborder cette délicate problématique, tant les enjeux pour le futur sont loin d'être négligeables...

Beaucoup aimeraient en préserver les enfants, avec la belle intention de les protéger de la dure réalité de notre condition humaine dans sa finitude. Pensant bien faire, parents et grands-parents se liguent parfois pour refuser l'accès de cette fratrie aux cérémonies d'obsèques. D'autres estiment qu'il vaut mieux préserver leur insouciance : à quoi bon les confronter aux violences que la vie peut semer sur le chemin des familles ? « Nous sommes sur la planète TAIRE » disait Françoise Dolto. Silences et mensonges apparaissent alors légitimes pour les mettre à distance d'une souffrance qu'ils ne méritent pas.

Qui protégeons-nous, en fait, en leur cachant cette vérité ?

1. SPAMA : Soins palliatifs et accompagnement en maternité - pour l'accompagnement des parents confrontés à la fin de vie de leur nouveau-né ou leur bébé à naître et à la traversée du deuil - www.spama.asso.fr



C'est oublier que les petits sont des grands observateurs de l'état psychique de leurs parents : ils ont des yeux pour voir, des oreilles pour entendre et un cœur pour ressentir les émotions de leur entourage. Comment imaginer qu'ils puissent ne rien éprouver face aux larmes, même étouffées, de leur maman, face au silence qui s'est brutalement abattu sur leur maison ? On le sait bien, comme en d'autres circonstances, tout ce qui perturbe les parents finit par affecter leurs enfants, même tout-petits. Alors face au deuil périnatal, comment accompagner l'aîné ou la fratrie ? Pourquoi dire ? Que dire ? Voilà quelques pistes de réflexions qu'il nous a semblé important de partager ici.

LA CONCEPTION DE LA MORT CHEZ L'ENFANT

Si l'enfant perçoit plus qu'il ne comprend, il a aussi un mode d'expression bien différent de celui des adultes qui reflète son développement psychique et cognitif. Chez lui, la notion de la mort va relever d'abord de trois croyances archaïques :

- la mort n'est pas naturelle,
- elle est réversible,
- et elle est contagieuse.

Ces croyances archaïques sont amenées à se transformer aux environs de 8 ans, mais elles peuvent persister ou revenir plus tard. Par ailleurs, sa perception de la mort va évoluer avec l'âge et sa maturité :

- de 0 à 3 ans, elle s'apparente à une séparation ;
- vers 4 ans, c'est l'immobilité qui caractérise sa perception, dans cette période de la pensée magique, de la pensée concrète et de l'animisme. Dans la pensée magique, l'enfant ne fait pas de distinction entre ce qu'il pense, ce qu'il éprouve et la réalité extérieure : ainsi quand arrive un événement douloureux, il va croire que c'est de sa faute parce qu'il n'a pas été gentil, par exemple. La pensée concrète fait qu'il va prendre nos mots au premier degré. Quant à l'animisme, c'est le fait de prêter des émotions, des pensées, des sentiments à tout ce qui existe,

même aux choses inanimées, comme le soleil, la lune, les nuages, les fleurs...

- de 6 à 8 ans, avec l'émergence d'une nouvelle conscience de soi, l'enfant découvre que la vie a un début et une fin ;
- de 8 à 12 ans, l'enfant acquiert la notion de processus naturel pour la mort, avec un accès à la pensée abstraite et le sentiment de sa propre finitude ;
- la préadolescence-adolescence est marquée par un comportement de mise à distance de cette réalité qui l'angoisse trop : apparente indifférence, refus d'en parler.

De ce fait, la non-intégration de l'irréversibilité de la mort et l'évolution de cette notion chez l'enfant font que tout deuil qui marque un enfant est en partie « gelé » (Hanus M., 1997) et que celui-ci se remaniera à chaque étape de sa croissance psychique. D'où la nécessité d'accompagner l'enfant en tenant compte de ses propres représentations de la mort, en l'écoutant en vérité et en l'incitant à exprimer ce qu'il ressent.

POURQUOI DIRE ? OU POUR QUOI DIRE ?

Il est reconnu que les mensonges et le non-dit isolent, sans parler de ceux qui sont véhiculés de génération en génération et qui pèsent inconsciemment de tout leur poids sur les épaules des enfants qui viennent après... La vérité, même difficile à révéler, active l'appareil psychique de chacun et permet d'élaborer la pensée pour l'intégrer. L'enfant n'échappe pas à ces règles : toute explication vraie sera rassurante pour lui et lui servira comme une enveloppe au sein de laquelle il pourra métaboliser ce qui lui arrive, l'élaborer et faire son propre travail psychique. Confrontés à un deuil périnatal, les parents sont dans un tel bouleversement émotionnel qu'ils peuvent ne pas percevoir ce que vit l'enfant au plus profond de lui-même, alors qu'il a lui-même senti ce terrible bouleversement, même très jeune, sans pouvoir mettre des mots dessus. N'ayant pas ces mots comme l'adulte, c'est à travers son corps par des somatisations



(troubles du sommeil, asthme, troubles de l'alimentation...) ou par son comportement (agressivité, irritabilité, colères, instabilité psychomotrice, peurs, régression, difficultés scolaires... voire dépression) qu'il va signifier son mal-être et son angoisse. D'où l'importance d'être en vérité avec l'enfant, d'autant que ces blessures de l'enfance peuvent se retrouver dans des troubles psychiques ou somatiques à l'âge adulte.

Quand l'enfant est très jeune, il est normal de vouloir le protéger d'une réalité aussi cruelle que la mort, en taisant la vérité et en partant du constat qu'il est trop petit pour comprendre : « Or l'objectif est qu'il sache, non qu'il comprenne. Il aura tout le loisir de poser des questions au fur et à mesure qu'il grandira » (de Montigny, 2017, p. 78).

L'enfant attendait aussi ce petit frère ou cette petite sœur qui devait devenir son compagnon de jeu et partager avec lui l'amour de ses parents : il aura donc un certain deuil à traverser. Mais du fait de la pensée magique très présente dans sa manière de penser le monde, il peut alors se considérer comme responsable de la mort du bébé et en éprouver une forte culpabilité, parce qu'il en était terriblement jaloux et avait manifesté des mouvements de colère ou de rejet. Il peut aussi avoir un sentiment de toute-puissance face à la situation et à l'amour de ses parents qu'il n'aura plus à partager...

« On ignore trop souvent à quel point les enfants ressentent l'impérieuse nécessité de donner un sens à la vie. » (Cordier, 2017). L'aider face à cette situation qui bouleverse si fortement sa famille, c'est donc lui donner les moyens de traverser l'épreuve avec ses parents, de pouvoir exprimer librement ses émotions pour qu'il garde confiance en eux et dans la vie.

COMMENT DIRE ?

La vérité est à dire progressivement, en se laissant guider par celui à qui l'on s'adresse. Comment comprend-il et ressent-il ce qui se passe ? Que sait-il déjà ? Que veut-il savoir en gardant en mémoire les représentations de la mort qui sont les siennes ?

Il faut veiller à utiliser des mots simples et justes dans les explications à donner au fil du temps : « son cœur était très malade, il s'est arrêté de battre ! ». Si on parle de maladie, il faut préciser qu'il s'agit de maladie très, très grave dont on ne guérit pas (pas comme ses petits rhumes).

Ne pas remplacer le mot « mort » qui fait si peur à l'adulte par des métaphores habituelles (du fait de sa pensée concrète, il va prendre nos mots au premier degré) : il est « au ciel » (= il va retomber en gouttes alors ?), il est resté à l'hôpital (= qu'est-ce que c'est cet endroit dont on ne revient pas...), « il dort », « il est parti » ou bien encore « j'ai perdu le bébé qui était dans mon ventre »... avec toutes les phobies ou angoisses que cela peut déclencher. On peut être clair sur le fait que tout le monde meurt et que quand on est mort, on ne sent plus rien, on ne bouge plus, on ne respire plus : « Il a fini de vivre » disait Françoise Dolto. Même si cela est difficile à faire, il est préférable d'annoncer soi-même le décès du bébé avec quelques explications adaptées à son âge et aux circonstances... en lui disant qu'il n'est pas responsable de ce qui est arrivé au bébé. Mais tout n'est pas forcément à raconter !

Certains enfants ne pleurent pas, semblent écouter d'une oreille distraite, voulant retourner aussitôt à leurs occupations. Ils ont quand même entendu. Il ne faut pas attendre obligatoirement que les enfants questionnent leurs parents. Parfois, ils n'oseront pas d'eux-mêmes parler de leur petit frère ou de leur petite sœur décédé(e), car ils craignent de leur faire encore plus de peine. C'est aux adultes d'aller vers eux, sans trop leur faire porter leur propre chagrin, et de les inviter à poser toutes les questions qui se présentent à eux, maintenant ou plus tard.

POUR ACCOMPAGNER LA FRATRIE

Il est souhaitable d'essayer de ne pas éloigner les enfants de leur environnement familial habituel ; il est important qu'ils puissent prendre part eux aussi aux rituels de deuil, à l'expression



familiale de ce deuil à leur mesure et selon leurs souhaits, de manière à ce qu'ils puissent intégrer ce qu'il vient de se passer dans leur famille.

On peut inciter les parents à partager avec leurs enfants les souvenirs que chacun en garde, lorsque cela est opportun, surtout s'ils n'ont pas pu le voir et le tenir dans les bras. S'ils sont en âge de le faire, le dessin (ou toute autre activité manuelle) peut être un bon moyen d'exprimer leurs émotions et l'attachement qu'ils ont aussi pu avoir pour ce bébé, même s'ils ne l'ont pas connu ou en ont été jaloux. Il est fréquent que les enfants, surtout les petits, passent par une phase de régression ou éprouvent une forme de fatigue, de stress. Il faut les rassurer, c'est normal, ils traversent eux aussi une période difficile.

Les enfants peuvent aussi faire preuve de curiosité concernant la mort et la vie après la mort, chercher à savoir « où » l'on va quand on est mort et ce que l'on fait. Les livres sont de bons médiateurs pour faire circuler la parole en famille, pour parler de ce bébé et partager avec eux ses émotions mais aussi ses convictions, comme celle que l'amour peut continuer à se dire d'une autre manière, en le gardant pour toujours dans son cœur... Mais il est vraiment souhaitable de les ramener dans leur vie, juste après ces moments d'évocations, en leur faisant reprendre leurs activités, leurs jeux pour vivre un moment de plaisir ensemble.

Un enfant est un être en construction, il est donc fragile : en pareilles circonstances, il est encore plus nécessaire de répondre à son besoin de sécurité, de le rassurer sur l'intégrité de son corps, de préserver ses repères, lui permettre de parler de ce qui s'est passé, de ce(tte) petit(e) frère/sœur avec qui il ne partagera jamais ses jeux mais qu'on n'oubliera pas, de dessiner quand lui le souhaite..., car il s'agit d'être vigilant à ne pas faire peser sur lui la douleur des parents, d'autant plus que l'enfant va souvent se donner comme mission de « réanimer » ses parents, de les sortir du chagrin.

Comme en d'autres circonstances, quelques signaux d'alerte doivent attirer l'attention des adultes qui entourent ces enfants : modifications dans leur comportement habituel, perte d'acquisitions récentes, apparitions de peurs, maux de ventre, perte d'appétit, baisse scolaire... voire dépression, en particulier pour les adolescents dont l'indifférence affichée peut cacher un vrai malaise car ce deuil périnatal touche aussi à la sexualité de ses parents.

Il serait intéressant que le monde scolaire arrive à s'approprier ces réalités de la vie des familles, à se former pour les accueillir dans la vie de la classe, même en maternelle, pour que les enfants se sentent là aussi compris dans ce qu'ils traversent. Il est toujours délétère pour eux de vivre des réactions négatives de la part de leur maître/maîtresse quand ils évoquent ce(tte) petit(e) frère/sœur qui aurait dû partager leur vie.

Si les parents se sentent trop envahis par leur propre souffrance et ne sont pas disponibles pour écouter leur enfant, il vaut mieux se faire aider par un professionnel ou proposer à l'enfant (à partir de 6 ans) de partager avec d'autres ce qu'il ressent, par l'intermédiaire d'une association proposant des groupes d'accompagnement pour enfants en deuil. Des outils d'expression variés existent pour les aider à cheminer et aller à la rencontre de leurs émotions pour qu'elles n'impactent pas leur corps et n'envahissent pas leur psychisme. Cela les aidera à ce que cet événement puisse prendre place dans leur vie et les réconciliera avec la force de vie qu'ils portent en eux.

UNE GRANDE CAPACITÉ À RENOUER AVEC LA VIE

Face au deuil d'un bébé qui n'aura vécu qu'*in utero* ou très peu après sa naissance, le plus difficile à réaliser est que ce deuil est surtout celui des parents, sans pour autant évacuer les répercussions sur la fratrie. Il est important de veiller à ne pas faire trop peser sur les enfants le poids de cette tristesse, d'autant plus qu'ils ont naturellement une grande capacité à renouer



rapidement avec la vie. Le deuil périnatal, s'il est une épreuve pour la famille, ne doit pas tout envahir dans cette vie de famille.

Les dix points clés à retenir, selon Guy Cordier (2016)
1. Dire la vérité à l'enfant.
2. Reconnaître ce deuil.
3. Déculpabiliser l'enfant.
4. Le rassurer : la mort n'est pas contagieuse !
5. Lui proposer de participer aux rituels du deuil.
6. Encourager l'évocation des souvenirs.
7. Lui dire qu'on l'aime toujours, même si on aime aussi ce bébé décédé.
8. Ne pas tomber dans le piège d'une idéalisation excessive de ce bébé décédé.
9. Favoriser l'expression des sentiments
10. Laisser le deuil cheminer dans le temps



Références

- Cordier Guy, « Voyage au cœur du deuil chez l'enfant et l'adolescent », Magazine *O'Cœur* n° 16, Fondation OCIRP, p. 4-8, juin 2017.
- Cordier Guy, « Le chemin de deuil de la fratrie », Interview pour la *Lettre annuelle SPAMA – 2016* : consultable en ligne sur www.spama.asso.fr
- Hanus Michel, Sourkes B. M., *Les enfants en deuil : portraits du chagrin*, Frison Roche, 1997.
- de Mézerac Isabelle, *Repères pour vous, parents en deuil d'un tout-petit*, Association SPAMA/Association SPARADRAP, 2015.
- de Montigny Francine *et al.*, *Décès périnatal : le deuil des pères*, Éd. du CHU Sainte Justine, Université de Montréal, 2017.

Livres pour enfants

Ariyel Anne-Isabelle et David, *Léa n'est pas là*, Éd. Petite Émilie, 2007.

Delval M.-H., *Un petit frère pour toujours*, Les Belles Histoires, Bayard Jeunesse, 2002.

Dolto Catherine, *Si on parlait de la mort*, Éd. Gallimard Jeunesse, 2006.

Fouletier-Faurie Katia, *La vie de Gabriel ou l'histoire d'un Bébé Plume*, Éd. Association SPAMA, 2016.

Hanus Michel et Hanus Isabelle, *La mort, j'en parle avec mon enfant*, Nathan 2008.

Loedec Catherine, *Falikou*, Éd. Le Buveur d'encre, 2006.

Uriot Anne, *Le grand frère de mes rêves*, Association Nos tout-petits de Savoie, 2010.

