

Conad 19 et confinement

Accompagner les enfants endeuillés dans un contexte de deuil empêché

Hélène Romano, <https://www.helene-romano.fr/biographie/>

Dr en psychopathologie-HDR, psychothérapeute, Dr en droit et sciences criminelles



La situation actuelle de confinement nous confronte à une situation inédite dans l'accompagnement des deuils, en particulier pour les enfants.

Cet écrit a pour objectif d'apporter des repères aux adultes pour limiter les risques traumatogènes de ces deuils empêchés.

Quelques repères généraux sur le deuil chez l'enfant

Les enfants ne se représentent pas la mort comme l'adulte. Pour les plus jeunes (moins de 9 ans en moyenne) elle n'est pas universelle, irréversible et s'attrape. Autrement dit ils pensent que si un proche est mort ils risquent aussi de mourir, ils ne comprennent pas que le mort est décédé pour toujours et surtout que nous allons tous mourir un jour. Ce qui fait que les réactions des enfants endeuillés sont très différentes de celles des adultes : ils pleurent rarement, surtout devant les adultes (pour ne pas les inquiéter) et vont surtout manifester leur souffrance par leurs maux. Ils peuvent ainsi régresser (troubles du sommeil, de la propreté, retrait des activités de loisirs, perte du jeu, difficultés de concentration et d'apprentissage), avoir des troubles psychosomatiques (maux de tête, de ventre), des blessures et avoir des accidents à répétition, manifester des troubles agressifs (contre les autres ou sur eux-mêmes), devenir irritables ou donner l'impression de ne pas réagir du tout et paraître indifférents (réactions en faux-self).

De l'importance du parler de la personne décédée à l'enfant

Souvent les adultes pensent qu'il vaut mieux ne pas parler du décédé à l'enfant pour « *ne pas le traumatiser* », ou « *qu'il est trop jeune pour comprendre et qu'il va oublier* ». Mais mentir est pire que tout, car l'enfant finit toujours par découvrir la vérité et l'adulte n'est plus aussi disponible psychiquement. Ce n'est pas parce que l'enfant ne parle pas ou ne pose aucune question, qu'il ne comprend pas que quelque chose vient de bouleverser sa vie. S'il avait des liens et connaissait la personne morte, il est important de lui annoncer, même tout petit, que son proche est mort pour éviter que le secret et le mensonge ne s'installe, en utilisant des mots simples. Par exemple : « *papi était très malade. Les docteurs sont venus, ils l'ont emmené à l'hôpital et ils ont tout fait pour le soigner, mais c'était trop grave. Les docteurs nous ont dit que son cœur s'était arrêté et que papi était mort* ». La médiatisation par la référence au médecin est essentielle et évite que le parent ne

se retrouve en première ligne, car s'il dit « *papa est mort* », l'enfant risque de traduire « *c'est papa qui me l'a dit donc il doit être responsable de cette mort* ».

Si l'enfant pose des questions, avant de lui répondre l'adulte peut lui dire « *ta question est importante* [autrement dit, tu es important], *je vais essayer de te répondre, mais avant, est-ce que tu pourrais me dire ce que tu penses, ce que tu as compris...* » Comme il n'y a jamais de question gratuite chez l'enfant, cela permet de savoir quelle théorie il a élaborée avant de lui répondre et de s'ajuster au mieux à son niveau de connaissance et à ses représentations.

Il est important, tant que possible de maintenir une continuité dans son quotidien et d'être attentif dans le temps, car c'est bien souvent des années après que les manifestations du deuil risquent de se manifester.

Les adultes peuvent laisser leurs expressions se libérer (pleurs), ce n'est pas cela qui perturbe l'enfant mais le fait d'être convaincu que les adultes pleurent à cause de lui. D'où l'importance de mettre des mots sur ce chagrin et lui dire que ce n'est pas à cause de lui, mais qu'il ont de la peine parce que leur proche n'est plus là. Si l'état d'épuisement psychique ou physique lié au deuil (et majoré par le contexte lié au confinement) fait que le parent s'énerve après l'enfant, il est important de le reconnaître et de s'excuser, car aucun parent n'est parfait et l'enfant a besoin de conserver confiance envers les adultes qui s'occupe de lui.

Le deuil en contexte de crise sanitaire : quand la situation confronte à des décès multiples qui débordent les services funéraires ou quand les décès sont liés à des maladies contagieuses, des règles strictes sont imposées. Si les dépouilles sont trop nombreuses pour être gérées au fur et à mesure (pénurie de cercueil, manque de place dans les cimetières, crématorium en sur-activité), il peut être décidé de lieux dédiés pour réunir les corps temporairement avant de pouvoir les restituer aux proches (cela a été le cas en France avec la réquisition d'espace réfrigérés à Rungis). Pour les agents funéraires si la personnes est décédée de certaines maladies dont le Conad 19 fait partie (mais aussi pour exemple le choléra, Ebola, la peste, le SRAS), les personnels chargés de la gestion des corps ne peuvent pas effectuer les mêmes soins au corps pour des raisons de risques de contamination. Ils doivent être équipés et protégés et habituellement aucun nettoyage ou lavage rituel du corps n'est possible. Celui-ci doit être isolé au plus vite dans des housses mortuaires et il est de plus en plus rare que les proches puissent juste se recueillir quelques instants près du corps avant la mise en bière. Pour les mêmes raisons les objets habituellement déposés dans le cercueil (lettre, photo, petits biens) ne peuvent pas toujours être déposés (cf. Recommandation du Haut Conseil à la santé publique du 18 février 2020 puis avis plus allégé du 24 mars 2020). Les études de suivis de deuils dans de telles circonstances nous permettent de savoir que si le deuil est un processus psychique qui n'est pas une maladie, ces situations de deuil empêché peuvent conduire à des complications voire à des deuils traumatiques.

Accompagner les enfants endeuillés en contexte du confinement

L'enfant peut perdre un proche décédé du Conad 19 et il n'y aura dans ce cas-là pas de possibilité de voir le corps et de participer aux rituels habituels. C'est une situation très rude pour toutes les familles. Les agents funéraires réfléchissent à faire des photos, des films, à transmettre aux proches, avec leur accord. Il est aussi envisagé de différer les temps de cérémonies collectives après le confinement soit dans des lieux laïques (pièce d'espaces funéraires) ou religieux (lieu de culte). Cela peut être expliqué aux enfants qui vivent le confinement avec des mots simples « *tu sais qu'il y a ce méchant virus, le Conad 19 et que c'est pour cela qu'il n'y a plus pour l'instant école et que nous sommes tous à la maison. L'hôpital nous a appelés ce matin pour nous annoncer une*

très triste nouvelle. Papi avait du mal à respirer à cause du virus qu'il avait attrapé et qui a détruit ces poumons. C'était très grave. Il ne pouvait plus respirer et le docteur nous a dit que son cœur s'était arrêté et que Papi était mort [le mot mort est important à prononcer]. Comme il est mort à cause de ce virus, on ne peut pas le voir comme toutes les personnes qui meurent de ce virus [il est important de parler des autres pour renforcer le sentiment d'appartenance]. On ne peut pas non plus être présent pour les obsèques tant que le gouvernement a décidé du confinement [rappeler que le confinement n'est pas la décision des parents, mais de l'État]. Mais il y a des gens dont c'est le travail, qui prennent soin de lui et qui s'en occupe et dès que le confinement sera fini, nous nous retrouverons tous pour lui dire au revoir ». Ce deuil empêché est ainsi expliqué simplement, en temporalisant la possibilité de ritualiser en différé les funérailles. Le jour de celles-ci, quand les familles ne peuvent pas se rendre au crématorium ou au cimetière, elles peuvent organiser chez elles une petite cérémonie avec un moment de recueillement auquel l'enfant peut participer ; certaines familles se retrouvent par skype pour mutualiser ce moment.

Le décès peut être lié à toute autre chose (accident de la voie publique, autre problème médical, vieillesse). Dans ces cas-là il est encore possible que les proches puissent se recueillir près du corps et de leur proposer de le voir, en les accompagnant s'ils le demandent. S'ils sont trop petits ou s'ils ne le veulent pas, il peut leur être proposé d'être représenté (photo, doudou, lettre...)

A l'issue du confinement il sera important d'avertir les enseignants avec toutes les précautions pour que l'école soit un lieu de résilience et non de survictimisation (Cf. Etudes OCIRP-IFOP Ecole et orphelin 2016).

L'essentiel pour l'enfant est de comprendre que le deuil n'est pas l'oubli, mais la mise en mémoire et qu'il n'est pas seul au monde, quoi qu'il arrive.

Romano H (dir) *Accompagner le deuil en situation traumatique*, Paris, Dunod, 2015.

Romano H. *Dis c'est comment quand on est mort ? Accompagner l'enfant sur le chemin du chagrin*. Grenoble, La pensée sauvage, 2013.