

Les
Cheminelements
*Revue de la Fédération
Européenne Vivre Son Deuil* du **Deuil**

n°1

**Les spécificités
du deuil chez
l'adolescent**



Cette revue s'adresse à toute personne qui s'intéresse aux problématiques du deuil.

Grace aux bénévoles des associations membres de La FEVSD, cette dernière a acquis une expérience qui n'est pas suffisamment partagée. L'ambition de cette revue est triple ; donner la parole aux bénévoles qui quotidiennement accompagnent des personnes en deuil, partager leurs réflexions et questionnements quant à cet accompagnement et proposer des cadres théoriques pour accompagner au mieux les personnes en deuil.

Cette revue est un semestriel, elle est axée autour d'un thème central, pour ce premier numéro nous avons retenu « Les spécificités du deuil chez les adolescents ».

Deux parties : L'une sur des aspects plus théoriques et la seconde qui s'intitule « Paroles de bénévoles » qui présente les pratiques d'accompagnement en lien avec le thème.

Cette revue est coordonnée par Laurence Hardy, sociologue, spécialisée sur les questions liées à la mort et ses rituels.

Dans ce premier numéro vous trouverez un article du Dr Guy Cordier, pédopsychiatre et bénévole de Vivre Son Deuil Nord Pas-de-Calais et le témoignage d'une bénévole d'accompagnement, Patricia Fabre, bénévole de Vivre Son Deuil Pays d'Aix-Luberon.

En espérant que cette lecture enrichisse, vos questionnements et vos pratiques.

Françoise Mohaër
présidente de la FEVSD

Sommaire

Edito 2

Sommaire 4

L'adolescent endeuillé 5

Les réactions paradoxales 6

Le deuil d'un parent 7

Le deuil d'un parent après suicide 8

Le deuil d'un frère, d'une sœur 11

La mort d'un parent dans une situation de divorce 14

Les difficultés scolaires 16

Conclusion 17

Paroles de Bénévoles 18

Mon parcours de bénévole dans l'association 18

Le deuil de 2 pré-adolescents 18

Etre bénévole 24

Pour aller plus loin 25

L'adolescent endeuillé

La dernière étude de l'INED effectuée à la demande de l'OCIRP et rapportée par Sophie Pennec et Cécile Flamant en octobre 2018 met en évidence qu'à l'âge de 11 ans, lors de l'entrée en 6ème, un adolescent sur 45 a été confronté à la mort d'un parent et que lors de l'entrée au lycée, un adolescent sur 28 est orphelin, soit en moyenne, 1 par classe. On estime ainsi à 610.000 le nombre d'enfants et adolescents confrontés à la mort d'un parent à un moment de leur évolution psychique caractérisée par de profonds remaniements et une grande fragilité narcissique. Se rajoutent à ce nombre, les enfants, adolescents endeuillés par la mort d'un frère, d'une sœur, d'un membre proche de leur famille, d'un ami.

David MARCELLI a pu dire : « plus la mort concerne un être cher et proche, plus elle est brutale et incompréhensible, plus elle est proche du moment de l'adolescence, plus ses effets psychiques sur l'adolescence semblent envahissants et délétères » (Etudes sur la mort - n°113, p.82-83)

L'adolescence est la période où, pour beaucoup d'enfants endeuillés, trop souvent confrontés au silence, la problématique de deuil va resurgir, où des affects profondément enfouis peuvent enfin s'exprimer, au travers d'une symptomatologie tantôt bruyante, tantôt silencieuse. L'état de la relation avec le parent décédé, les circonstances de sa mort, peuvent rendre beaucoup plus difficile le chemin de deuil de l'adolescent.

Quels sont les points d'attention à prendre en compte chez l'adolescent endeuillé à court, moyen et long terme ? Autrement dit, quels sont les difficultés spécifiques du travail de deuil chez l'adolescent ?

Les réactions paradoxales

En famille

Un certain nombre d'adolescents réagissent de manière inattendue à l'annonce de la mort d'un proche alors que des liens très forts d'affection le reliaient à celui qui vient de mourir. L'absence de pleurs, de toute manifestation extérieure de chagrin et d'émotions, le refus manifeste, à peine déguisé, de s'associer avec sa famille aux rituels habituels qui caractérisent les premiers jours qui suivent le décès, vont surprendre bien souvent, voire même choquer l'entourage familial.

On peut y voir là la manifestation de mécanismes défensifs visant à le protéger d'une expression non maîtrisée de ses affects à un moment de son évolution où il cherche à acquérir une plus grande maîtrise sur ses émotions vis-à-vis de ses proches. Pleurer dans les bras de son parent serait régresser à un stade infantile à un moment de son évolution où il cherche à s'en démarquer.



Solange, 15 ans, à la mort de sa mère, n'a pas souhaité la revoir ni assister à l'enterrement. «Je ne voulais pas pleurer devant les membres de ma famille. Alors, je restais dans ma chambre ou je partais me promener avec une copine. J'ai mis plusieurs mois avant d'être capable de pleurer...et quand je le faisais, je me cachais, je ne voulais pas pleurer devant mon père. Je préfère pleurer avec mes amis les plus proches. »

En collectivité

Quand, dans un collège ou un lycée, un adolescent décide de maladie, d'accident ou à la suite d'un suicide, c'est, au contraire, l'intensité des réactions émotives qui surprennent l'entourage, enseignants et parents. On peut y voir là à l'œuvre la problématique adolescente caractérisée par le mécanisme d'identification au plus fragile. (« ce qui arrive à l'un d'entre nous pourrait m'arriver à moi »)

Le deuil d'un parent

L'adolescent confronté à la mort d'un parent à un moment de son évolution où il avait commencé son nécessaire travail de désidérialisation du modèle parental, entraînant normalement une phase d'opposition, de critique, de confrontation, va vivre alors une importante culpabilité inconsciente : comment, en effet détester quelqu'un que nous aimons sans en payer le prix ?

On sait que dans le deuil, pour tenter d'atténuer cette culpabilité inconsciente qui pèse lour-

dement, tout endeuillé va passer par une phase d'idéalisation, plus ou moins longue, plus ou moins forte, qui s'atténuera progressivement à la fin du deuil.

L'adolescent endeuillé par la mort de son parent est alors soumis à une double contrainte :

- désidérialiser son parent pour mener à bien son nécessaire processus d'adolescent
- idéaliser à tout prix ce même parent pour tenter d'atténuer la culpabilité inconsciente attachée à la mort de son parent.

Plus la culpabilité inconsciente était forte, plus l'idéalisation à tout prix de ce même parent décédé sera maintenue à tout prix, ce qui peut entraîner une entrave dans le processus de l'adolescence.

C'est ce qui explique bien souvent que certains adolescents s'érigent en défenseurs intransigeants du parent décédé et ne peuvent envisager qu'il puisse être « remplacé » auprès du parent vivant.

Céline, 12 ans, après la mort de sa mère, rejette tout substitut maternel ou parental et se montre d'une jalousie féroce envers son père

dont elle exige de tout savoir de ses rencontres.

Le deuil d'un parent après suicide

Le suicide d'un parent apparaît comme un traumatisme majeur par son aspect brutal, très souvent inattendu, par les circonstances de sa découverte. La culpabilité consciente et inconsciente va en être renforcée :

Je me suis encore enquêté avec lui la veille

Je n'arrêtais pas de le décevoir

S'y ajoute bien souvent un sentiment intense de dévalorisation de soi :

J'aurais dû l'empêcher de faire ça

Si je l'avais moins déçu, il ne se serait pas donné la mort

Culpabilité consciente et inconsciente, dévalorisation de

soi, sentiment d'avoir été abandonné à un moment charnière de son existence, faute de pouvoir le plus souvent identifier et exprimer tous ces ressentis s'apparentant pour tout adolescent à une forme de régression, tout ce vécu peut alors trouver des voies d'expression symptomatique, au travers de comportements agressifs, d'oppositions, de conduites d'échecs à répétition.

On peut comprendre qu'il lui devient alors plus difficile d'envisager l'avenir, de s'engager dans des études, tant le présent lui paraît lourd à porter. Une étude de la DREES en 2008 a mis ainsi en évidence que 28% des adultes ayant perdu un parent durant l'enfance et l'adolescence n'ont aucun diplôme (19% pour l'ensemble de la population)(Nathalie BLANPAIN, « Perdre un parent pendant l'enfance : quels effets sur le parcours scolaire, professionnel, familial et sur la santé à l'âge adulte », Etudes et Résultats (DRESS), n°668, oct. 2008).

Le risque suicidaire

Il y a chez tout endeuillé, dans les premiers temps du deuil, un désir très fort de rejoindre celui qui vient de mourir, dans une sorte de régression narcissique, un désir de retrouver un état d'indifférenciation de type fusionnel avec celui, celle qui vient de nous quitter, tant le manque paraît alors insupportable. La mort apparaît alors comme la seule solution.

L'ambivalence qui caractérise souvent les relations de tout adolescent avec ses parents, en générant une forte culpabilité inconsciente peut venir renforcer chez lui ce désir de régression narcissique, surtout dans les premiers temps du deuil.

Le deuil, ainsi que le souligne Michel Hanus, par le traumatisme qu'il provoque, est un risque pour les personnes fragiles qui peuvent être amenées à décompenser dans leurs zones de fragilité : maladie physique, accident, dépression, passage à l'acte suicidaire.

Daniel Marcelli, dans l'article précédemment cité, souligne ainsi

que le décès d'un parent augmente de façon majeure le risque d'un état dépressif : 16,5% des adolescents dépressifs hospitalisés dans son service avaient été confrontés à la perte d'un parent. On sait, par ailleurs, que les tentatives de suicide sont un mode d'expression majeur de la problématique adolescente, surtout chez les filles (80% des tentatives), un risque majoré par le passage à l'acte, l'un des mécanismes défensifs caractéristique de cette période.

Ce risque suicidaire chez l'adolescent endeuillé est majoré lors du suicide de son parent en raison de l'importance de la culpabilité inconsciente et de la honte très présente chez lui mais rarement et difficilement exprimée car, liée à l'image de soi, elle le dévalorise à ses propres yeux.

Chez l'adolescent endeuillé, les conduites à risques sont souvent majorées et peuvent être assimilées à des conduites suicidaires.

Patricia, 14 ans, a perdu sa mère il y a 5 mois. Elle n'a rien manifesté aux dires de son père. Elle fuit depuis toute évocation de sa mère. Son père, rentrant du travail, trouve une boîte de médicament vide sur la table de la cuisine. Il part à la recherche de Patricia qu'il retrouve au cimetière devant la tombe de sa mère. Dans l'entretien, Patricia exprime sa culpabilité. « je lui ai dit que je ne l'aimais pas...on venait de se disputer...et elle est morte peu après. »



Le deuil d'un frère, d'une sœur

Ce deuil renvoie l'adolescent à sa propre mort. Son travail de deuil est souvent rendu d'autant plus difficile que l'adolescent bénéficie alors rarement du soutien de ses parents, tant ceux-ci sont profondément et durablement endeuillés.

Les sentiments de culpabilité sont d'autant plus présents qu'ils sont alimentés par les inévitables rivalités fraternelles, d'autant plus fortes si ce décès est survenu à la suite d'une longue maladie ayant accaparé toute l'attention de ses parents.

Le deuil de ses parents peut donner l'impression à l'adolescent que ceux-ci sont et demeurent inconsolables, que rien ni personne, pas même lui, ne pourra combler ce vide, lui renvoyant ainsi, sans le vouloir, le sentiment de son peu d'importance.

Pour aider ses parents, l'adolescent s'interdira toute expression de chagrin, s'efforcera de donner le change par un comportement sans problème. Comment en vou-

loir à des parents si fragiles, si démunis ? Certains ressentiront alors la nécessité d'échapper à ce climat de tristesse en prenant de la distance, réclamant par exemple, de partir en internat ou en se lançant dans une relation affective précoce. Il faudra parfois bien des années pour qu'à l'occasion d'un événement familial, cette souffrance réprimée, remonte à la surface.



Pierre a vu son petit frère mourir d'une leucémie après des années de traitement. Ses parents sont effondrés et mettront des années à sortir de leur deuil. Pierre s'efforce d'être un élève puis un étudiant brillant. Il rencontre très vite sa future femme et quitte le domicile familial durant ses études. Son travail l'amène à vivre à l'étranger. Ses relations avec ses parents se réduisent au point qu'il

refuse de leur confier ses enfants. Les parents de Pierre -qui alors avaient cheminé dans leur deuil- en sont meurtris et n'y comprennent rien. Jusqu'au jour où, à l'occasion d'un épisode conflictuel, Pierre pourra enfin exprimer ses sentiments de colère, dire son vécu d'abandon tout au long de la maladie de son petit frère et dans les années du deuil qui ont suivies »





La mort d'un parent dans une situation de divorce

La séparation des parents génère chez tout enfant des sentiments d'ambivalence tant elle remet en cause la sécurité affective dont il a besoin, d'où, une colère, un ressentiment envers les parents en même temps qu'un besoin d'être rassuré en permanence de leur amour.

C'est le plus souvent le parent avec lequel il vit qui est le réceptacle de l'agressivité de l'enfant, de l'adolescent. Il est en effet, plus facile d'idéaliser le parent qu'il ne voit qu'épisodiquement. Ce qui va d'autant plus poser problème à l'adolescence où il est nécessaire, pour tout adolescent, de passer par une phase de désidéalisation du modèle parental. Ce qui explique cette situation fréquemment rencontrée où l'adolescent, en phase d'opposition, vis-à-vis du parent chez qui il vit, demande alors à pouvoir aller vivre chez l'autre parent.

Quand ce parent qu'il ne voit qu'épisodiquement décède, cette idéalisation sera alors d'au-

tant plus forte, en lien avec les sentiments inconscients de culpabilité.

Il risque alors de percevoir un écart entre son propre vécu de deuil et celui du parent chez qui il vit, d'où alors le sentiment de ne pas être compris.

Annie, 12 ans, avait gardé une relation très proche avec son père depuis la séparation de ses parents survenue l'année de sa naissance. Ils se téléphonaient ainsi tous les soirs. Elle n'a jamais accepté le remariage de sa mère. Les relations avec son beau-père sont très tendues. Aussi, la mort brutale de son père, est-elle pour Annie un véritable cataclysme. Cette forte idéalisation du père décédé est transférée sur la compagne de celui-ci, comme si elle était la seule qui puisse comprendre et partager son chagrin, la seule avec laquelle elle puisse évoquer son père. Elle veut obtenir de sa mère le droit de continuer à pouvoir passer des week-end chez sa belle-mère, comme du temps de son père. Elle se sent incomprise par sa mère.

Autre situation fréquemment rencontrée aujourd'hui : le décès d'un parent dont on était sans nouvelles dans le cadre d'une séparation. On imagine bien que cette situation peut générer de la culpabilité inconsciente, se traduire alors par une forte idéalisation du parent décédé en même temps qu'une forte agressivité envers le parent avec qui il vit.

Louise, 17 ans, vient consulter en raison d'une forte agressivité envers sa mère à laquelle elle refuse toute autorité. Elle avait 12 ans quand son père quitte brutalement le domicile pour partir vivre avec une autre femme. Elle ne l'a revu qu'une seule fois, 3 ans plus tard. « il est venu le jour de mon anniversaire, nous avons passé la journée ensemble, une journée magique que je n'oublierai jamais, des moments de bonheur ! » Il décède brutalement 1 mois plus tard. Depuis, Louise va mal. Elle est insolente à la maison, change 3 fois d'établissement scolaire. Elle me dit être habitée par une colère permanente dont elle ne sait que faire.



Les difficultés scolaires

L'OCIRP, en partenariat avec l'IFOP a été à l'initiative d'une grande enquête nationale inédite « Ecole et Orphelins : mieux comprendre pour mieux accompagner »

Du 15 février au 4 juillet 2016, 1083 élèves orphelins et 940 professionnels de l'éducation ont été questionnés. Des entretiens qualitatifs auprès de 20 élèves et de 15 enseignants ont été réalisés par les psychosociologues de l'IFOP. L'impact négatif du deuil sur leur scolarité a été reconnue par 77% des élèves orphelins. Pour 34 % d'entre eux, des difficultés de mémorisation ont été signalées.

Un travail de recherche effectué par Jérôme Cler de l'Université de Lille a confirmé que la mémoire « immédiate », mémoire de travail, était affectée chez des élèves orphelins dans la même proportion.

« Dans mon expérience clinique d'accompagnement d'adolescents endeuillés, j'ai souvent été confronté à ce type de difficultés de mémorisation. Des adoles-

cents endeuillés depuis plusieurs années, me disaient « ne plus arriver à apprendre leurs leçons. » Les aides de type pédagogique se révélaient inefficaces. Seule, la possibilité pour ces adolescents endeuillés de pouvoir parler de leur vécu de deuil amenait au fil des semaines, une disparition de ce symptôme.

Arthur a 10 ans quand son père décède accidentellement. Je le rencontre quelques mois plus tard en raison de comportements agressifs tant à l'école qu'à la maison. Il rentre en 6ème de collège et là, très vite, lui qui était jusque-là, très bon élève, se trouve en grande difficulté refusant même, aux dires de sa mère « d'essayer d'apprendre ses leçons. Quand j'évoque avec lui cette difficulté, il me dit, fataliste et résigné « ça ne sert à rien de les apprendre... 15 jours pour retenir 10 lignes ! »

Certains élèves endeuillés vont surinvestir leur scolarité comme s'ils se devaient de rendre fier leur parent disparu, surinvestissement qui se fait parfois au détriment de leurs relations avec leurs pairs.

Ces difficultés scolaires souvent rencontrées par une majorité d'adolescents endeuillés sont rarement mises en lien avec le deuil d'un parent, surtout si celui-ci est survenu quelques années auparavant. Aussi, les réponses, les aides apportées sont-elles le plus souvent inadaptées.

Conclusion

Le deuil à l'adolescence survient dans une période de remaniements psychiques importants. Si les adolescents endeuillés donnent souvent l'impression dans leur milieu familial qu'ils ne souffrent pas, s'ils s'interdisent le plus souvent d'exprimer leur chagrin par peur de régresser à un moment de leur évolution où il leur faut conquérir leur autonomie, les conséquences induites par cette perte vont retentir profondément. Leur chagrin sera rarement exprimé verbalement mais trouvera le plus souvent une expression symptomatique : difficultés scolaires, comportements agressifs, prise de risques inconsidérés, voire conduites suicidaires. Il s'agira, pour les aider dans leur



chemin de deuil, de leur ouvrir une possibilité de parler enfin de cette souffrance qui les habite. Il suffira souvent d'ouvrir une porte par cette question toute simple : « veux-tu que nous parlions de la mort de ton père ? » pour qu'une parole trop longtemps contenue, surgisse alors, que des émotions se libèrent.

Paroles de Bénévoles

Mon parcours de bénévole dans l'association

Je suis bénévole à l'association Vivre Son Deuil Pays d'Aix-Luberon depuis sa création en janvier 2018. J'y occupe le poste de Trésorière.

J'ai été confrontée moi-même à des deuils et je pense qu'il est essentiel que les personnes endeuillées puissent être entendues et soutenues, particulièrement les enfants et les adolescents.

J'accompagne surtout des adultes endeuillés car nous avons très peu de demande d'accompagnement d'enfants. Je suis formée à « L'accompagnement du deuil chez l'enfant et l'adolescent », à « L'animation d'ateliers pour enfants endeuillés » et au « Travail de deuil » chez l'adulte ainsi qu'à « L'animation d'un groupe d'adultes endeuillés ».

Les formations ont duré entre 2 et 3 jours chacune. Ces formations m'ont apporté des connaissances théoriques et pratiques. Elles ont été enrichissantes intellectuellement et humainement.

Le deuil de 2 pré-adolescents

Je différencie préadolescence d'adolescence car au moment où je rencontre Marie et Pierre, en février 2018, ils ont respectivement 10 ans et 11 ans. A cet âge, leur travail de deuil se rapproche plus de celui des enfants (deuil particulier). De plus, ils sont en demande d'aide alors que les adolescents ne veulent pas être aidés. Marie et Pierre sont deux pré-ados très gentils, sociables, ouverts, matures pour leurs âges.

Le Papa des enfants s'est suicidé 27 décembre 2017. Il était dépressif.

Cette situation oblige à un accompagnement spécifique car le deuil de l'adolescent, après le suicide de son parent, demande un accompagnement particulier du fait de cette circonstance.

Et le besoin d'accompagnement peut être plus long dans le temps.

Le type d'accompagnement proposé est familial et individuel. A ce jour, leur accompagnement continue -à leur demande- mais il s'est espacé dans le temps.

C'est la maman qui a contacté l'association par téléphone pour avoir un rendez-vous qui a été pris un samedi matin. Ma collègue et moi les recevons dans notre local pour un premier contact, une première rencontre. Nous avons à cœur ma collègue et moi d'accueillir cette famille en deuil avec beaucoup d'attention et de délicatesse, d'instaurer un climat de confiance afin que leur parole se libère... Nous insistons sur le fait que tout ce qui se dira dans cet espace sera confidentiel et que nous ne sommes pas dans le jugement de ce qui s'exprimera.

Cette première rencontre s'est très bien passée : les enfants et la maman ont pu s'exprimer sur leur deuil. Les enfants sont motivés et enthousiastes avec un vrai désir de recevoir de l'aide. Ils ont réellement besoin d'être entendus, de venir parler de leur souffrance intérieure.

A l'issue de ce premier entretien, nous nous orientons sur un accompagnement familial car la maman, comme les enfants, a besoin aussi d'être aidée, d'être soutenue dans son deuil.

La maman sera entendue par ma collègue en soutien de son deuil, et moi je recevrais les enfants ensemble car tel est leur désir à ce moment-là ! Je sens qu'ils ont besoin de se soutenir mutuellement. 2 mois environ plus tard, ils manifesteront le souhait d'être entendus séparément, surtout à la demande de Marie en conflit avec son frère ou avec sa mère : à la crise de l'adolescence s'ajoute la crise du deuil. Elle se traduit en révolte, colère, susceptibilité, culpabilité, recherche de son identité.

Puis Marie et Pierre souhaiteront à nouveau être entendus ensemble.

Leur accompagnement consiste à leur offrir un espace structuré où ils pourront prendre la parole et être écoutés. J'essaie d'apporter des réponses à leurs questions en particulier sur les rai-

sons du suicide de leur père ; sur leur sentiment d'abandon et donner de l'information sur le deuil. Je leur propose des activités diverses et, à l'aide de différents supports (masques, écriture de lettres, dessins, peinture, mime)

ils évoquent la mort de leur père et les changements que cela a induit, leurs émotions (via le mandala), leurs sentiments propres et leurs réactions face à leur mère, leur famille, leurs copains, amis...

Comment je me sens aujourd'hui face à la mort de... BB

Date :

Tristesse :

Colère :

Peur, Inquiétude :

Soulagement, Espoir, Joie :

Culpabilité :
(je pense que c'est de ma faute)

Honte :
(je suis mal à l'aise d'en parler, j'ai peur d'être jugé par les autres.)

Je mets la couleur qui me convient correspondant à la liste des sentiments cités ci-dessus.

Je remplis tout le cercle avec les sentiments que je ressens le plus mais je ne dois pas forcément utiliser toutes les couleurs, seulement celles que je ressens aujourd'hui

16

Chaque séance dure environ 1h15. Elle est ponctuée d'un petit rituel qui leur est cher : nous prenons tous les 5 le thé et ils chantent devant nous... car ils font partie d'une chorale. Ce rite ponctue la fin de la séance pendant laquelle ils se sont reconnectés à leurs émotions douloureuses ; se restaurer leur apporte un réconfort, c'est un moment convivial,

chaleureux.

C'est un vrai moment de joie pour tous ! Nos regards bienveillants et nos paroles chaleureuses à leur égard les réconfortent et peut-être participent à renforcer leur estime de soi, leur confiance en eux, en les autres, en la vie... Ils en ont tellement besoin !!



L'accompagnement du deuil à l'adolescence

Marie et Pierre sont dans la fin de l'enfance et au début de l'adolescence.

C'est un accompagnement qui se passe très bien, même si je constate que l'adolescence rend le travail de deuil plus délicat. Ils parlent assez facilement de leurs émotions, de leur vie au collège avec leurs camarades. Ils sont très volontaires, ils sont attentifs aux consignes et font les activités avec plaisir.

Dans cet espace d'écoute qui leur est dédié, ils ont besoin d'être entourés, d'être compris et acceptés dans leurs changements, mais aussi cadrés dans leurs excès.

Ils y parlent de leur deuil et expriment leurs sentiments avec le mandala des émotions. Celles qu'ils expriment régulièrement sont la tristesse, la culpabilité et la colère (contre leur père, contre la vie). Pierre me dit : « Il aurait pu attendre qu'on ait 28 ans ... ». Marie est parfois agitée lors des ateliers. Cependant, je constate qu'ils ma-

nifestent à minima leurs émotions : par pudeur et aussi par peur d'être submergés par elles et pour mieux contrôler leurs réactions, ce qui est un des caractères propres au deuil de l'adolescence. De ce fait, je ressens qu'une partie de la souffrance du deuil n'est pas dépassée, elle reste à l'intérieur. Elle se manifesterait ultérieurement à l'occasion d'autres pertes, d'autres deuils.

Marie et Pierre vivent leur deuil à leur façon, de manière solitaire en se permettant de pleurer chez eux lorsqu'ils sont seuls dans leur chambre. Le deuil est une grande épreuve de solitude.

L'accompagnement dans le temps

Je constate au bout d'un an et demi d'accompagnement qu'ils sont reliés tantôt dans leur deuil et à la perte et tantôt à la reconstruction de leur vie... c'est une oscillation.

Ils me font part de leur peur de l'avenir, peur que leur mère ne meure, d'être abandon-

nés. On retrouve ici les caractéristiques du deuil propre à l'enfant et à l'adolescent. Mais en même temps ils sont résilients et ils continuent chacun d'avancer dans leur vie malgré le désarroi provoqué par la mort de leur père.

Aujourd'hui pour apprivoiser cette vie désormais autre, ils ont des stratégies de mise à distance : Pierre n'est plus venu à 2 séances consécutives suite à la lecture d'un conte qui a fait résonance : Billy-Hérisson ; cela montre que le processus de reconnaissance de la réalité de la perte se fait et s'appuie sur des ressources comme la présence de leur mère qui maintient une discipline qui les sécurise ; sur la présence de la famille et des grands-parents notamment. Ils ont également des activités variées qui les aident : sport, chant, chorale.

Au niveau de leur spiritualité, ils sont croyants et pensent que leur père est au Paradis, qu'il ne souffre plus, d'où la présence des émotions de la joie et du soulagement largement représentées dans leur mandala respectif. C'est

un vrai réconfort pour eux. Aux questions que je leur ai posées, Marie dit avoir changé vraiment beaucoup depuis la mort de son papa. Et depuis sa mort, elle a souvent plus de mal à parler de lui avec sa mère, sa famille, ses amis. Il lui arrive souvent des réactions bizarres comme des colères qu'elle n'arrive pas à expliquer. C'est une des conséquences du deuil. Mais ses proches sont parfois capables, d'après elle, de l'écouter et de l'aider.

Pierre répond qu'il aimerait souvent parler de son deuil à ses proches, et que ceux-ci ne sont pas vraiment capables d'après lui de l'écouter et de l'aider.

Donc tous les 2 sont d'accord pour dire la difficulté à parler de leur deuil avec leurs proches. En fin de rencontre, ils se disent soulagés mais fatigués ... car le deuil mobilise beaucoup d'énergie psychique et physique.

Dans mon accompagnement, il m'apparaît que le plus important est que les adolescents aient cet espace de paroles qui leur est réservé -et ce dès le début

de leur deuil-, qu'ils puissent être entendus dans leur singularité, dans leur chagrin sans jugements et qu'ils se sentent acceptés. Ainsi soutenus dans leur processus de deuil ils éviteront -je le souhaite-, les conséquences couteuses d'un deuil non parlé donc non résolu, et qu'ils parviendront à faire avec la perte dévastatrice de leur père.

Etre bénévole

J'ai toujours aimé aider les autres. Cet intérêt pour le deuil et en particulier pour le deuil des enfants et des adolescents me vient de mon histoire personnelle et familiale. C'est être humain envers les humains...

Je sors toujours profondément nourrie par la qualité des rencontres et des échanges avec les adolescents et adultes endeuillés. Je reçois beaucoup, c'est très enrichissant, **VIVANT**.



Pour aller plus loin :

Articles

Nathalie BLANPAIN, « Perdre un parent pendant l'enfance : quels effets sur le parcours scolaire, professionnel, familial et sur la santé à l'âge adulte », Etudes et Résultats (DREES), n°668, oct. 2008.

Dr Guy CORDIER, « L'enfant endeuillé », Journal des psychologues, n°247, Mai 2007.

Dr Guy CORDIER, « L'adolescent orphelin : l'impossible desidérialisation », L'Ecole des parents, n°616, Sept-Oct 2015.

Cécile FLAMMANT, « Des orphelins invisibles », Sciences Humaines, n°310, janv. 2018.

Martin JULIEN-COSTES, « Le monde des morts chez les jeunes », Etudes sur la mort. Thanatologie, n°142, 2012.

Céline JUNG, « Représentation et prise en compte de l'orphelinage précoce en protection de l'enfance », Forum (CNAPE), n°86, juin 2019.

Alain MONNIER, Sophie PENNEC, « Trois pour cent des moins de 21 ans sont orphelins en France », Population et Société, n°396, 2003.

Janine PILLOT, « Le deuil de ceux qui restent. Le vécu des familles et des soignants », Revue Jusqu'à la mort accompagner la vie, n°121, 2015.

Ouvrages

Patrick BEN SOUSSAN, L'enfant confronté à la mort d'un parent, Erès, 2013.

John BOWLBY, Yvane WIART, Amour et rupture : les destins du lien affectif, Albin Michel, 2014.

Michel HANUS, Lorsque les parents disparaissent... Le deuil chez les personnes déficientes intellectuelles. Quel vécu ? Quel soutien ?, Creai de Bourgogne, 1997.

Michel HANUS, « La mort d'un parent : le deuil des enfants », Vuibert, 2008.

Michel HANUS, Barbara SOURKES, Les enfants en deuil, Frison Roche, 2007

Magali MOLINIE, Invisibles orphelins : reconnaître, comprendre, comparer, Ed. Autrement, n°267, 2011.

Yves MORHAIN, L'adolescence et la mort. Approche psychanalytique, In Press, 2011.

Jean-Pierre PURTOIS, La bienveillance en situation difficile. Comment soutenir des enfants et des adolescents vulnérables, L'Harmattan, 2006.

Film

Chad CHENOUGA, De toutes mes forces, 2017.

Sites internet

<https://www.ocirp.fr/les-impacts-du-deces-dun-parent-dans-lenfance>

<https://www.ocirp.fr/le-vecu-de-jeunes-apres-le-deces-dun-des-parents>

<https://www.ocirp.fr/enquete-ecole-et-orphelins>

<https://www.ocirp.fr/renforcer-la-protection-juridique-du-mineur-orphelin>

© Copyright. *Fédération Européenne Vivre Son Deuil*. Mars 2020.

Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur-l'autrice, de ses ayants droit ou ayants cause est illicite. Il en est de même pour la traduction, l'adaptation ou la transformation, l'arrangement ou la reproduction par un art ou un procédé quelconque. (Article L.122-4 du code de la propriété intellectuelle).



www.vivresondeuil.asso.fr
Tel 06 15 14 28 31

**Projet
soutenu par**

**Fondation
de
France**