

## Outil pour discuter de la mort et du décès d'un parent avec les enfants (DPDDC)

### Approche générale:

⇒ Préparez-vous:

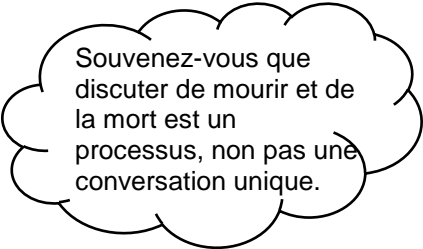
- Quelles sont vos croyances et votre attitude par rapport à la mort?
- Du support de qui aurez-vous besoin durant ces conversations?

⇒ Préparez l'information:

- Qui doit participer aux conversations?
- Quel est leur niveau de compréhension de la maladie?
- Avez-vous besoin d'informations supplémentaires? Où pouvez-vous trouver ces informations?

⇒ Préparez le lieu:

- Assurez-vous de choisir un endroit qui soit confortable pour l'enfant



Souvenez-vous que discuter de mourir et de la mort est un processus, non pas une conversation unique.

### Gardez à l'esprit que:

- Les parents ont tendance à sous-estimer la détresse de leur enfant
- Les jeunes enfants traitent mieux l'information lors de conversations brèves et non planifiées
- Les conversations avec de jeunes enfants se déroulent parfois dans un contexte de jeu, donc un endroit calme n'est pas toujours approprié ou nécessaire

### Quoi dire:

- Évitez les euphémismes tels que:
  - « décéder »
  - « partir »
  - « (la personne) nous a quittés »
  - « s'éteindre »
- Dites les mots « mort, morte et mourir »
- Il n'y a pas de mal à dire « je ne sais pas »
- Les parents peuvent exprimer leurs sentiments à leurs enfants en disant par exemple :
  - « Je me sens triste »
  - « J'ai besoin d'un câlin »

- Exprimer ses sentiments de façon brève mais sincère peut aider les enfants en deuil. Par exemple:
  - « Je t'aime »
  - « Tu es aimé »
  - « Je suis là pour toi »

### Quoi faire:

- Maintenez une routine autant que possible
- Rassurez souvent les enfants en leur disant qu'ils sont aimés et que la maladie n'est pas de leur faute
- Rassurez les enfants en leur disant que la maladie n'est pas contagieuse
- Expliquez-leur qui s'occupera d'eux après le décès du parent malade
- Soyez attentifs à ce qu'ils ressentent
- Aidez-les à mettre des mots sur leurs sentiments
- Offrez-leur la possibilité de faire de courtes visites planifiées à l'hôpital
- Les enfants apprécient être inclus lors des funérailles. Par exemple :
  - En laissant un dessin ou une lettre au parent

Pour plus d'informations:

- ⇒ [www.kidsgrief.ca](http://www.kidsgrief.ca)
- ⇒ [www.deuil-jeunesse.com](http://www.deuil-jeunesse.com)
- ⇒ [www.lamaisondespetitstournesols.com](http://www.lamaisondespetitstournesols.com)

*Droits d'auteur Dr.Janel Walsh, Montréal, 2021.*

Veillez noter que cet outil n'a pas été validé. De plus amples recherches sont requises.

### Enfants de 0 à 2 ans:

- ⇒ Il se peut qu'ils ne comprennent pas le concept de la mort. Toutefois, ils sont sensibles aux changements à la maison
- ⇒ Il se peut qu'ils nécessitent plus de contact physique ou de réconfort
- ⇒ Essayez de maintenir une routine stable
- ⇒ Pensez à utiliser les mots exacts comme « cancer » ou « cardiopathie »

### Enfants de 3 à 5 ans:

- ⇒ Difficulté à comprendre l'aspect permanent de la mort (ex : la mort est temporaire et réversible)
- ⇒ La communication se fait principalement par le jeu et la fantaisie
- ⇒ Posez les mêmes questions à plusieurs reprises pour mieux comprendre
- ⇒ La séparation avec le parent malade peut être une source de stress; proposer de planifier une courte visite pourrait alors être bénéfique

### Enfants de 6 à 8 ans:

- ⇒ L'enfant commence à comprendre que la mort est permanente et universelle (ex : tout le monde va mourir un jour, même moi)

- ⇒ L'enfant raisonne à la fois avec des pensées logiques et fantaisistes, ce qui entraîne une mauvaise compréhension des causes et effets
- ⇒ Ils ont tendance à se blâmer, même si ça semble ne pas avoir de sens

### Enfants de 9 à 11 ans:

- ⇒ Ils comprennent que la mort est définitive, irréversible, universelle et a une cause
- ⇒ Leur raisonnement logique est plus avancé mais ils ne peuvent pas extrapoler à partir d'informations insuffisantes ou « lire entre les lignes »
- ⇒ Ils préfèrent apprendre progressivement; il peut donc être bénéfique de leur demander combien d'informations supplémentaires ils veulent recevoir
- ⇒ Ils peuvent être perturbés par les changements physiques dus à la maladie ou aux traitements, donc il peut être bénéfique de leur donner des explications



### Lorsque les choses s'aggravent, utilisez « très, très très »

Parent: Papa a le cancer et il est très malade. Les médecins essaient de le soigner avec des médicaments.

-----  
Parent: Les médicaments ne fonctionnent pas et Papa est très, très malade. Mais il est toujours ton Papa et il t'aime très fort.

-----  
Parent: Papa est très, très, très malade. Son corps va cesser de fonctionner et il va mourir.

### Répondre aux questions: Quand est-ce que grand-mère va revenir?

Enfant: Je veux que Grand-mère vienne à ma fête d'anniversaire!

Parent: Moi aussi j'aimerais que Grand-mère soit là, mais son corps a cessé de fonctionner et elle est morte.

*Droits d'auteur Dr.Janel Walsh, Montréal, 2021.*

Veillez noter que cet outil n'a pas été validé. De plus amples recherches sont requises.

Les « moments d'apprentissage » au quotidien :

Les moments d'apprentissage sont des moments au quotidien qui peuvent être l'opportunité d'explorer le thème de la mort avec votre enfant. Par exemple, si un enfant trouve un oiseau mort sur le trottoir.

Enfant: Pourquoi l'oiseau ne bouge pas?

Parent : C'est parce que le corps de l'oiseau a cessé de fonctionner et il est mort. Il ne peut plus entendre, chanter ou bouger.

*Droits d'auteur Dr.Janel Walsh, Montréal, 2021.*

Veuillez noter que cet outil n'a pas été validé. De plus amples recherches sont requises.