

Deuil des enfants

L'importance des rituels funéraires



L'importance de dire « au revoir »

Dans la majorité des cultures, les funérailles sont des rituels de séparation d'une grande importance pour les familles. En effet, ces rites funéraires permettent notamment d'assimiler la réalité de l'événement, d'obtenir du soutien de la part de nos proches et de faire un dernier adieu à l'être cher.

Tout comme l'adulte, l'enfant a également besoin de dire un dernier « au revoir ». Ainsi, il ne faut pas avoir peur de l'inclure dans la préparation et la tenue des rituels, cela rendra plus facile sa compréhension des événements et ça lui évitera également de vivre un sentiment de rejet ou d'abandon.

Voici quelques suggestions pour préparer et intégrer l'enfant :

- **Prenez le temps d'expliquer à l'enfant ce qui se passera et ce qu'il verra au salon funéraire.** (les différentes réactions des gens, la présence du cercueil ou de l'urne, etc.)
- **Expliquez-lui quelles sont les convictions religieuses et les valeurs familiales.** N'hésitez pas à dire la vérité sur vos croyances personnelles puisque les enfants détectent facilement les incohérences entre ce que l'on dit et ce que l'on ressent.
- **Incluez l'enfant en fonction de son âge.** Un enfant en bas âge n'aura peut-être pas d'intérêt à participer au service alors qu'un adolescent pourrait y lire un court texte.
- **Demandez à une personne de confiance d'accompagner l'enfant.** Cette personne pourra être disponible pour répondre à ses questions et ses besoins dans un moment où son parent risque d'être submergé. Faites-lui cependant savoir que ce parent ne se désengage pas envers lui.
- **En bas âge, une visite de 15 à 30 minutes est souvent suffisante.**
- **Invitez l'enfant à faire ses adieux de façon concrète.** (ex.: par une lettre, un dessin, un bricolage, une carte, une fleur, une photo, etc.)

Il ne fait aucun doute que les rituels funéraires sont des moments de tristesse intense que nous aimerions épargner à nos enfants, mais la tristesse fait partie intégrante de la vie et tenter de la nier ou de tenir l'enfant à l'écart ne l'effacera pas. Permettez plutôt à l'enfant de vivre ses émotions et de progresser dans son deuil.

* *Pour plus d'informations, des questions ou pour avoir de l'aide. Contactez-nous au 1-866-APPELLE (277-3553)*