

# Que peut-on dire quand les familles sont en deuil.

Par Magazine du Ministère des Enfants 02/04/2017

Utilisez ces conseils d'experts pour savoir quoi dire quand les familles sont en deuil à la suite d'un divorce, d'une maladie en phase terminale, d'une fausse couche, d'une mortinatalité ou du décès d'un enfant.

La perte et la douleur, tout comme la joie et la célébration, font partie de la vie. Tout au long de vos années en tant que pasteur pour enfants, vous serez sans aucun doute confronté à une tragédie qui affecte un ou plusieurs des enfants de votre ministère. Qu'il s'agisse de la mort d'un mariage ou de la mort impensable d'un enfant, il est essentiel d'être préparé dans votre rôle de soutien aux enfants et aux familles en deuil. Bien que notre nature humaine nous pousse à éviter les sujets tristes comme le divorce, la mort, les maladies en phase terminale et les fausses couches, ces mêmes situations peuvent être les moments les plus importants de votre ministère. Votre réponse – et votre démonstration de la présence de Dieu – peuvent être ce qui aide une famille à traverser ses heures les plus sombres. Nous avons demandé à des experts des conseils sur quoi faire, quoi dire et comment soutenir au mieux les familles et les enfants traumatisés. Lisez la suite pour connaître leurs opinions.

## Que dire lorsque les familles subissent un divorce

Le Bureau du Dénombrement de l'USA estime qu'entre 40 et 50 pour cent des mariages se terminent par un divorce. Les familles divisées et les foyers doubles sont une réalité pour de nombreux enfants de votre ministère. Mais comment aider un enfant et sa famille en plein divorce ? Linda Ranson Jacobs, l'une des principaux leaders dans le domaine des enfants en situation de monoparentalité et des enfants en crise et directrice exécutive de l'organisation DivorceCare pour les Enfants, propose ces conseils.

## Dites-leur...

**Les enfants ont besoin d'être acceptés.** Les enfants d'une famille récemment divorcée ont besoin d'attention et de bras aimants. Ils doivent savoir qu'ils sont en sécurité et que l'Église les accueillera quelle que soit leur situation. De nombreux enfants ont exprimé le sentiment d'être rejetés par l'Église après un divorce. Appelez les enfants chaque semaine. Ils peuvent être souvent absents en raison des heures de visite, mais ils ont quand même besoin de savoir qu'ils appartiennent à votre église et que vous les accueillez, peu importe le nombre de fois où ils sont absents.

**Les parents célibataires ont besoin de soutien.** Les parents célibataires ont besoin de compréhension. Presque tous les parents célibataires nouvellement séparés ou divorcés subissent un stress énorme. Certains sont presque incapables d'élever leurs enfants à cette période, alors marchez à leurs côtés et aidez-les au quotidien : proposer de récupérer les courses, prendre soin des enfants pendant que le parent cherche du travail, être sur la liste des appels d'urgence de la garderie ou de l'école de l'enfant.

**Les familles ont besoin d'une aide pratique.** Quelquefois, les familles ont besoin d'une aide financière, mais il faut faire attention à ne pas leur enlever leur dignité. De nombreux enfants sont gênés par le divorce de leurs parents et sont conscients qu'ils n'ont pas les moyens financiers de participer à de nombreuses activités de l'Église. Offrez-leur des moyens de participer à toutes les activités grâce à des dons anonymes. N'oubliez pas que même l'achat d'un cahier d'exercices pour une étude biblique peut s'avérer hors de portée pour certains parents célibataires. Aidez également les enfants à acheter des cadeaux pour leurs parents lors de leurs anniversaires ou de leurs vacances. Imaginez à quel point il est déroutant d'être un enfant de 8 ou 9 ans sans pouvoir offrir un cadeau pour l'anniversaire de ses parents.

**Les familles ont besoin de prière.** Priez, priez, priez pour les familles divorcées. Renseignez-vous sur les enfants du divorce. Développez un cœur empathique envers ces familles. Aidez d'autres adultes à comprendre la perte ressentie par ces enfants et ces familles.

**Ne dites pas...**

**Prenez soin de vos limites.** Il n'est pas approprié d'essayer de prendre en charge la vie d'un parent seul. Ne vous sentez pas désolé pour les enfants issus de familles monoparentales. Ils ont besoin de votre empathie, pas de votre compassion. Il est également très inapproprié d'essayer de fixer des rendez-vous avec le parent seul.

**Évitez de susciter de faux espoirs.** Ne priez pas avec l'enfant pour qu'un parent rentre à la maison. Priez plutôt pour des choses pratiques. Les petites filles s'inquiètent des besoins pratiques de leurs parents. Les enfants craignent que leur mère soit assez forte pour s'occuper des choses. (Quelle bonne idée!)

**Mots de bienvenue**

- "Je suis vraiment désolé que cela t'arrive. Comment puis-je t'aider ?"
- "Ce n'est pas de ta faute si ta/ton maman/papa est parti".
- "Nous t'aimons et je serai toujours là pour te parler et être ton ami".

## **Mots de “À quoi pensais-tu”?**

- "Tu t'en remettras".
- "Tu es mieux".
- "J'étais un perdant de toute façon. Tu peux faire beaucoup mieux".
- "Dieu ne te donne jamais plus que ce que tu peux supporter".
- "Je comprends ce que tu vis".
- "Si tu as assez de foi, ta maman/papa/conjoint reviendra".

## **Que peut-on dire quand une famille pleure la maladie en phase terminale d'un enfant**

La maladie terminale d'un enfant est l'une des expériences les plus déchirantes qu'une famille puisse vivre. En tant que pasteur des enfants parcourant ce chemin insupportablement difficile aux côtés d'une famille, il peut être difficile de voir au-delà de votre propre angoisse, mais ces familles ont plus que jamais besoin de vous. L'hôpital pour enfants du Colorado est connu pour ses services de santé de qualité et ses soins empreints de compassion pour les enfants malades et leurs familles. Geri Nelson, travailleuse sociale clinicienne agréée et coordonnatrice des services de deuil ; la révérende Vanessa Owen, aumônière du personnel ; et la révérende Claudia Schmitt, également aumônière du personnel, offrent collectivement ces conseils aux ministres des enfants qui aident les familles à faire face à la maladie en phase terminale d'un enfant.

## **Dire...**

**Concentrez-vous sur ce que vous ressentez la famille** Les familles ont besoin que vous n'ayez pas peur de la maladie, de la mort ou de la douleur de votre enfant. Soyez suffisamment ouvert pour simplement écouter sans ressentir le besoin de donner des conseils ou de “faire mieux”. Permettez aux familles de parler de leur enfant, de raconter des histoires, de partager des souvenirs et de rire. Comprenez que la famille souffre énormément, peu importe ce que vous dites ou faites.

**Offrez votre amour et votre véritable attention, pas des solutions.** Il n'y a rien qui puisse soulager la douleur. Les familles ont simplement besoin de personnes disposées à les accompagner dans “la vallée de l'ombre de la mort”.

**Proposez une aide concrète.** L'aide proactive et pratique est souvent négligée, alors qu'elle offre un soutien précieux. La clé est de proposer des tâches spécifiques que vous pouvez effectuer. “Puis-je vous apporter des courses?” “Puis-je tondre votre pelouse?” Ne présumez pas que parce que les parents n'appellent pas, ils n'accepteront pas d'aide. Facilitez-leur l'acceptation de l'aide.

## **Ne dites pas ...**

**Ne rejetez pas la responsabilité sur la famille.** La plupart d'entre nous ont à un moment donné dit à quelqu'un qui traverse une période difficile : “S'il vous plaît, dites-moi si je peux faire quelque chose”. Une famille confrontée à une maladie en phase terminale ou à la mort n'a souvent pas la force émotionnelle, ni même physique, de décrocher le téléphone et de demander de l'aide. Souvent, les parents sont tellement dépassés qu'ils ne savent pas quoi demander ni ce qui pourrait être utile.

**Ne disparaïssez pas.** Soyez assez courageux pour tendre la main à une famille en deuil. Beaucoup de gens disent qu'après la perte de leur enfant, les gens disparaissent. Les amis et la famille arrêtent d'appeler. Les collègues se détournent. Faire face au deuil est incroyablement difficile et effrayant ; C'est pourquoi l'éviter est un outil d'adaptation courant. Le deuil doit être pris en charge par la personne qui en souffre et par la communauté qui l'entoure. Si vous êtes simplement attentionné et compatissant, vous offrirez un cadeau précieux.

**N'essayez pas d'enlever la douleur des gens.** Nous enlevons le chagrin des gens lorsque nous essayons de défendre Dieu ou de faire des déclarations philosophiques expliquant la situation. La douleur est personnelle. Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise façon d'en faire l'expérience. Changez votre vision de la douleur en le considérant comme une amie et non comme une ennemie. Le deuil est le processus naturel de guérison d'un cœur brisé.

## **Mots de bienvenue**

Il y a de fortes chances que vous n'ayez pas les bons mots à dire. En fait, il peut être plus utile d'être présent avec compassion et de permettre aux parents d'exprimer leurs croyances et leurs sentiments concernant la maladie en phase terminale de leur enfant plutôt que de chercher la bonne chose à dire.

## **Des mots de “A quoi pensais-tu?”**

Même si vous croyez ces paroles, ne les prononcez pas. Ces phrases courantes ne soulageront jamais la douleur d'une famille : “Votre fils/fille est dans un meilleur endroit maintenant” ou “Dieu ne vous donne jamais plus que ce que vous pouvez supporter”. Découvrez les étapes et les symptômes du deuil. Le manque de compréhension conduit souvent à des comportements et à des déclarations nuisibles : “Vous ne devriez pas vous sentir comme ça” ou “Vous ne pouvez pas penser comme ça”.

## **Que dire quand une famille pleure une mortinatalité ou une fausse couche**

Souvent minimisés comme une “perte mineure”, les couples et les familles qui subissent la perte d'un bébé à cause d'une mortinatalité ou d'une fausse couche se sentent souvent invisibles. Kathryn

Jackson de Shiloh, un ministère unique pour les personnes souffrant d'infertilité ou de perte d'enfant à l'église communautaire Watermark à Dallas, au Texas, a exercé son ministère auprès de nombreuses familles dans cette situation avec son équipe.

### **Dire...**

**Fournir un soutien à long terme.** N'arrêtez pas de surveiller les familles après un mois ou deux. Demandez des mois plus tard - "Comment allez-vous ? Comment vous sentez-vous maintenant que quelques mois se sont écoulés ?"

**Offrez des outils de foi aux parents.** Offrez aux parents en deuil des outils à utiliser pour parler de la perte avec leurs autres enfants. Une mère de Shiloh a expliqué que, dans sa douleur, elle n'était pas capable d'organiser suffisamment son esprit pour articuler à ses enfants les vérités qu'elle connaissait sur Dieu. Elle ne demandait pas que le ministère des enfants transmette ces vérités à ses enfants, mais plutôt qu'il lui donne, à elle et à son mari, une voie de communication grâce aux conseils utiles du ministère.

**Offrez des liens de soutien "qui ont déjà existé".** Demandez aux parents s'ils souhaitent contacter quelqu'un de leur ministère qui a vécu une expérience similaire. Le ministère de Shiloh dispose d'un groupe de bénévoles qui rencontrent individuellement les personnes qui en font la demande. Ces bénévoles ont vécu des épreuves similaires et ont un cœur particulier pour s'occuper des autres personnes confrontées à cette perte.

**Sensibilisez votre congrégation.** Trouvez des moyens d'éduquer votre congrégation sur la sensibilité et le service envers les personnes en deuil. Nous avons constaté que le simple fait de partager des histoires de Dieu travaillant sur la douleur dans nos actualités hebdomadaires a un impact profond et sensibilise.

**Reconnaître l'enfant.** Si le bébé perdu avait un nom, utilisez-le dans vos notes ou vos conversations. Pensez à offrir aux parents un souvenir portant le nom du bébé : une croix peinte à la main ou un bracelet gravé. Un arbre ou un buisson en fleurs, ou un don à un organisme de bienfaisance spécial sont également de jolis cadeaux.

En résumé, faites quelque chose. Le mort naissances et les fausses couches sont souvent des moments où la plupart des gens ne disent rien ou ne font rien; c'est incroyablement réconfortant de voir quelqu'un valider votre douleur avec une carte, un mot gentil ou un geste d'aide pratique. Les simples mots "Je suis vraiment désolé pour votre perte" sont ceux qui comptent le plus et sont souvent la seule chose que l'on veut entendre.

## **Ne dites pas...**

**Ne retardez pas pour agir.** Attendre pour approcher la famille est une erreur. Veuillez répondre dès que possible. La durée des saisons de deuil varie de quelques jours à plusieurs années. Votre chance ne durera peut-être pas longtemps. Et ce qui peut signifier beaucoup pour quelqu'un tout de suite peut ne pas avoir autant d'importance deux semaines plus tard.

## **Mots de bienvenue**

Utiliser des expressions telles que "Je suis désolé que vous traversiez une période si difficile" et "Cela doit être si douloureux pour vous" est un bon moyen de valider les sentiments de quelqu'un.

## **Des mots comme "À quoi pensais-tu"?**

Éliminez les mots "Mais au moins..." de votre vocabulaire. Chaque fois que vous utilisez ces mots, vous minimisez la douleur de quelqu'un d'autre : "Mais au moins, vous avez eu un avortement précoce".

Ne comparez pas la douleur que vous ou quelqu'un d'autre avez ressentie : "Ne vous inquiétez pas, vous essayez d'avoir un bébé depuis seulement deux ans, et je connais une autre femme qui a essayé pendant six ans avant la naissance de son enfant".

Ne parlez pas non plus de vos propres enfants. Évitez de chercher des solutions ou de proposer "le bon côté des choses": "Vous pouvez toujours adopter", "Peut-être devriez-vous consulter un autre médecin" ou "Au moins, vous avez un enfant maintenant".

Ne posez pas de questions personnelles : "Quand aura lieu votre prochain traitement de fertilité ?" ou "Vas-tu réessayer?"

Ne prenez pas les choses que nous savons être vraies et ne les transformez pas en mots blessants : "Le timing de Dieu est parfait", "Cela doit être la volonté de Dieu" ou "Vous devez simplement le laisser à Dieu".

## **Que dire quand une famille pleure la mort d'un enfant**

Lorsqu'un enfant meurt, la plupart des familles subissent un traumatisme dévastateur et inimaginable. La mort d'un enfant blesse de nombreuses personnes – famille, camarades de classe, enseignants, ministres, membres de la communauté – dont certains ne guériront jamais complètement ni ne retrouveront la vie qu'ils connaissaient avant la tragédie. Le Dr Joanne Cacciatore est chercheuse à l'Arizona State University et PDG de la Fondation MISS, une organisation dédiée à fournir un soutien en cas de crise et une aide à long terme aux familles après le décès d'un enfant. Cacciatore sait

personnellement ce que signifie vivre cette tragédie. Après le décès de sa fille en 1994, Cacciatore se consacre à la recherche et au soutien des familles dans cette situation. "Je me suis dit", se souvient Cacciatore, "si je m'en sors - si je survis vraiment - parce qu'on se demande vraiment si on va vivre ou non, la douleur est si physique - je vais aider certaines personnes". Ceci est votre conseil.

### **Dire...**

**Recherchez une formation et un soutien professionnels** . Renseignez-vous, ainsi que votre équipe ministérielle et les parents des enfants survivants, sur le deuil. Vous devrez affronter la douleur sous tous les angles : celle de votre famille, celle de vos camarades de classe, celle de vos professeurs et la vôtre. Mieux vous le comprenez, mieux vous pourrez aider les autres.

**Réponse basée sur l'âge.** Dans le cas des enfants plus jeunes, il est important d'inclure tous les enfants – s'ils souhaitent participer – aux rituels tels que les funérailles. Donner aux parents accès à des informations sur le deuil infantile. Lorsqu'un adolescent décède, ses camarades survivants se tournent davantage vers des amis que vers des adultes. Les adolescents dépendent beaucoup du soutien de leurs pairs.

**Animez des groupes de discussion ou de soutien pour que les enfants aient l'occasion de parler.** Il est absolument essentiel d'avoir un animateur qualifié, une personne ayant une formation spécialisée en deuil infantile. Les conseillers, thérapeutes et autres professionnels de la santé mentale peuvent faire plus de mal que de bien s'ils ne sont pas formés.

**Créez un cercle de soutien incassable.** C'est un mythe que la plupart des familles se séparent après la mort d'un enfant. Ce mythe n'est pas étayé par la recherche ; Au contraire, la plupart des études suggèrent que les familles restent unies après le décès d'un enfant. Ce qui est vraiment important pour ces familles, c'est le soutien social. Nous savons que les familles bénéficiant d'un bon soutien social ont tendance à obtenir de meilleurs résultats.

### **Ne dis pas...**

**Ne l'ignorez pas.** Il est totalement inapproprié de prétendre que cette tragédie n'a pas eu lieu. Si un enfant meurt et que vous revenez à vos anciennes habitudes, vous êtes très imprudent. Pour que les familles, vous, votre équipe et les enfants de votre ministère puissent avancer, s'engager et fonctionner, vous devez chacun identifier votre perte individuelle.

**N'offrez pas de soutien inégal.** Ne concentrez pas toute votre attention, votre compassion et votre soutien sur les enfants survivants et n'oubliez pas les parents. La mort d'un enfant affecte négativement l'ensemble du système familial. On peut apporter toute l'aide et le soutien du monde à

un enfant en deuil, mais si on le renvoie dans une famille qui n'a pas reçu de soutien, il en résulte un dysfonctionnement.

**Prenez soin des besoins pratiques.** Il est difficile pour les parents de cuisiner, de faire le ménage ou de se concentrer sur les choses quotidiennes et banales de la vie. Les ministères doivent se réunir pour subvenir aux besoins de la famille sans empiéter sur le temps privé. Préparez la nourriture, distribuez-la et partez. Emmener les frères et sœurs survivants au zoo pour la journée afin que les parents puissent passer un moment tranquille pour faire leur deuil. Nettoyer la maison. Durant ces bouleversements émotionnels et ces traumatismes, les interventions pratiques peuvent être extrêmement utiles.

### **Mots de bienvenue**

La base pour comprendre comment parler à une famille est qu'il s'agit d'une tragédie qui durera pour cette famille aussi longtemps qu'elle sera sur terre. Les conséquences de la mort d'un enfant sont éternelles. Dites : "Je suis vraiment désolé", "Je ne peux pas imaginer" et "Je serai là pour toi maintenant, dans six mois et dans six ans".

### **Des mots comme "A quoi pensais-tu"?**

Il n'existe pas de mots en espagnol pour décrire ce qui arrive à une famille lorsqu'un enfant décède. Vous ne pouvez rien dire pour arranger la situation. N'essayez pas d'inventer des paroles de sagesse et d'éviter les platitudes.

Évitez de dire des choses comme "Dieu ne prend que le meilleur" "Tout arrive pour une raison" ou "Le temps guérira toutes les blessures". Ce sont des tentatives banales pour justifier pourquoi cette horrible et impensable tragédie aurait pu se produire. Il est préférable que les personnes qui tentent d'apporter leur soutien ne disent rien du tout, mais soient pleinement présentes.

*Traduit par : Dezama Jeudi.*