

# LE PARCOURS DE RELIANCE: CHEMIN DE VIE POUR LES ENFANTS EN DEUIL

MARIE-DOMINIQUE GENOUD-CHAMPEAUX

Grâce à une approche du deuil baptisée *Le Parcours*, la fondation As'trame accompagne les familles lors d'une rupture. Cette approche en sept étapes, très centrée sur l'enfant, a permis à Julien, huit ans, de surmonter les angoisses liées à la mort de son père.

Il avait 8 ans lorsque son père mourut dans un accident. Le choc fut brutal! Depuis, Julien souffrait d'angoisses, parfois intenses, qui se manifestaient sous la forme d'idées obsessionnelles et de peurs qui, la nuit, se muaient en cauchemars. Il parlait peu de son père, mais beaucoup de morts, de zombies ou de revenants, à la maison et à l'école. Un peu comme si, ne parvenant pas à s'exprimer quant au décès de son père, il l'évoquait de manière détournée à travers les histoires de fantômes qu'il inventait. Inquiète de le voir hanté par ces idées noires et par les peurs qu'elles éveillaient en lui, sa maîtresse de classe proposa à sa mère de nous contacter. Ce qu'elle fit. Ensemble, nous avons alors pensé que la participation à un *Parcours de reliance* (ci-après *Parcours*) en groupe donnerait à Julien l'occasion de comprendre qu'il pouvait parler ouvertement de la mort de son papa, sans éveiller de craintes. Mais de quoi s'agit-il?

## La Fondation As'trame

Créé en 2000 par la fondatrice d'As'trame<sup>2</sup>, le *Parcours* est une approche originale issue de son expérience d'accompagnement d'enfants et de familles en deuil. En effet, As'trame accompagne enfants et familles lorsqu'ils traversent une rupture telle que la mort d'un proche, sa maladie ou une séparation-divorce. L'attention aux enfants est au cœur de ce travail. Initialement pensé pour accompagner le deuil, le *Parcours* a été ajusté à chacune des problématiques auxquelles As'trame répond. Puis il a été décliné pour les différents âges

de la vie: enfants (par tranches d'âge) et adultes. Mais ici, seul le *Parcours* destiné aux enfants en deuil est évoqué.

«*Julien parlait peu de son père, mais beaucoup de morts, de zombies ou de revenants, à la maison et à l'école.*»

## Le Parcours pour stimuler le processus de deuil

Conçu comme une unité de travail progressive et structurée, il comporte un nombre limité de séances dans un temps déterminé.

Le but général du *Parcours* est de stimuler le processus de deuil chez l'enfant et de mobiliser ses ressources, en lien avec celles de sa famille et de son entourage, et ses objectifs sont multiples: encourager les processus de *reliance* avec soi, les autres, la vie; éveiller les ressources de l'enfant et de sa famille, de son entourage; permettre à l'enfant de faire un apprentissage cognitif et émotionnel sur lui-même (éducation thérapeutique); prévenir et/ou identifier les possibles complications et dépister les enfants et familles en difficulté pour les orienter vers des lieux de thérapie adéquats, si besoin est.

## Un voyage en sept étapes

Comparable à un voyage à travers le processus de deuil, le *Parcours* comporte sept étapes:

- un entretien préalable individuel ou en famille;
- cinq rencontres thématiques: l'histoire du décès, les émotions, la cérémonie d'adieu, vivre avec l'absence, les ressources et les liens;
- un point de la situation avec l'enfant et sa famille.

Les rencontres thématiques sont hebdomadaires. Volontairement groupées, elles donnent une impulsion claire au processus de deuil, stimulant celui de l'enfant, mais aussi celui de sa famille. Autres avantages: les enfants créent ainsi aisément des liens entre eux et cela facilite le maintien d'un fil rouge d'une séance à l'autre. Pour assurer la progression de l'ensemble, chaque séance a un objectif qui guide le travail des animateurs ainsi que des outils conçus pour appuyer le processus d'intégration des enfants.

Nous favorisons la participation au *Parcours* en groupe, mais il peut aussi s'effectuer en suivi individuel avec un professionnel formé. Les groupes se composent de cinq enfants, rassemblés par âges, et sont animés par deux professionnels formés et supervisés.

## L'adieu de Julien à son père

Bien que peu disert, Julien participa avec application aux deux premières séances du *Parcours* et, pour lui, la troisième fut déterminante. Pendant cette rencontre, les enfants choisissent la manière dont ils souhaitent dire adieu à leur parent décédé. C'est une étape essentielle, car les adultes ne prennent généralement pas en compte les enfants lors de l'élaboration de cette cérémonie. Parfois leurs proches préparent un temps qui leur est réservé, mais, le plus souvent, ils sont assis au milieu d'adultes en souffrance, sans toujours comprendre ce qu'il se passe et impuissants à

consoler leurs proches. Enfin, beaucoup trop d'enfants sont écartés de cet adieu, leur famille refusant qu'ils s'y joignent en cherchant à les protéger d'un événement qu'ils redoutent eux-mêmes.

«*Le deuil a besoin à la fois de temps et de traces.*»<sup>3</sup>

Or les enfants ne comprennent ni ne vivent la mort comme les adultes et ils ont besoin de participer activement, avec leur entourage, aux rites et rituels qui entourent la fin de vie de leur parent. En effet, moins «outillés»<sup>4</sup> que les adultes par rapport aux perceptions du temps, de l'espace, de l'abstraction, etc., ils ont besoin de balises pour jalonner leur chemin de deuil. Ainsi, en fonction de leur âge, de leur développement et de leurs expériences antérieures, du contexte familial, etc., ils mettront plus ou moins de temps à réaliser ce que veut dire «papa est mort».

### Une cérémonie d'adieu symbolique

Revenons à Julien. Pendant cette séance, les enfants réalisent, de manière symbolique, une cérémonie d'adieu à leur parent mort. Pour cela, ils ont à leur disposition un bac à sable, des personnages et des animaux, des petits objets de toutes sortes. Julien tergiversa un moment puis se décida à prendre un personnage et, aménageant un cercueil à l'aide d'une boîte, le mit dedans et l'enterra. Après quoi il choisit avec soin les personnes conviées à «sa» cérémonie, pour lesquelles il utilisa des bonshommes noirs. Il se mit au centre, en jaune, tout près de sa maman, en bleu, parce que «même si on est triste on peut quand même s'habiller en couleurs»! L'enfant décora ensuite la scène avec des fleurs, des cailloux de couleurs et des animaux. Quand tous eurent terminé, chaque enfant raconta ce qu'il avait échafaudé pour dire adieu à son parent. Quand ce fut le tour de Julien, ce qui semblait être un détail prit une grande importance. Remarquant une barrière, une animatrice lui demanda ce que c'était: «Tu vois, répondit-il, c'est une porte et là, j'ai dessiné un chemin. On peut ouvrir ou fermer le chemin avec la porte et c'est moi qui décide. Maintenant elle est ouverte. Comme ça, moi, je peux partir quand je veux et derrière moi, je peux la refermer!»

«Le symbole est par nature et par définition même un *accordeur*, il réalise le passage du monde du dedans au monde du dehors, il organise l'accord (déjà il le rend possible) entre la réalité manifeste et celle non moins présente du latent<sup>5</sup>.»

### Déposer ses angoisses

Après cette rencontre, Julien changea, fut actif dans le groupe et même bavard. Sa mère nous dit qu'il était plus calme et ne parlait presque plus de créatures effrayantes. Ses peurs avaient considérablement diminué, ce que sa maîtresse de classe remarqua aussi. Comment expliquer cela? Nous pouvons faire l'hypothèse que Julien a organisé son tourment intérieur en le «manifestant» dans la réalité symbolique de cet enterrement dont il était le maître d'œuvre. Le cadre, l'attention des animatrices et des moyens appropriés lui avaient permis de projeter à l'extérieur son vécu intérieur, de dialoguer avec lui et d'en avoir une expérience sensorielle pour, finalement, déposer ses angoisses. Non seulement le latent s'était exprimé dans le monde du dehors, mais aussi – et c'est capital – l'enfant prit le contrôle de lui-même en se mettant en capacité de fermer<sup>6</sup> la porte derrière lui pour continuer son chemin.

---

Marie-Dominique Genoud-Champeaux est la créatrice de la Fondation *As'trame* et de ses modèles d'intervention. Elle consacre l'essentiel de son temps aux enfants et adultes en deuil ou pris dans la tourmente de séparations difficiles, ainsi qu'à son activité de formatrice dans le cadre d'*As'trame*.

[www.astrame.ch](http://www.astrame.ch)

#### Notes

- 1 Prénom d'emprunt.
- 2 Fondée en 1994, *As'trame* est une fondation créée par Marie-Dominique Genoud-Champeaux. Son siège est à Lausanne (Suisse). *As'trame* a développé des antennes dans les cantons romands (Genève, Valais, Fribourg, Neuchâtel). Une association doublée d'un organisme de formation a été créée à Paris (France).
- 3 Bacqué, M. F. & Hanus, M. (2009). *Le deuil*. Paris: PUF, p. 5.
- 4 Terme emprunté au Dr Michel Hanus.
- 5 Chouvier, B. (2002). *Le médium symbolique*. In Chouvier, B. & al. *Les processus psychiques de la médiation*. Paris: Dunod, p. 3.
- 6 Cet article a été écrit à partir du chapitre du même nom à paraître dans le livre *Quand la mort s'invite à l'école*, aux Editions De Boeck. Voir p. 58.