

jouer + grandir

FRP Canada



www.frp.ca

hiver | 2010

Des quartiers et des collectivités traumatisés

Le rôle des professionnels de l'éducation familiale

Par Rosemary C. Reilly, Ph.D., EFAC

Les journaux partout au pays nous annoncent en gros titres des événements traumatisants qui accablent des quartiers et des collectivités : l'enlèvement et le meurtre d'une fillette de huit ans en Ontario; la mort des jeunes membres d'une équipe de basketball et de la femme de l'entraîneur dans un accident de la route au Nouveau-Brunswick; le décès de trois femmes au Québec lorsqu'un toit s'effondre sous le poids de la neige; le meurtre-suicide de quatre membres d'une même famille dans le nord de l'Alberta...

Même si les événements sont différents en soi, ils donnent lieu à des séquelles qui trop souvent se ressemblent. Les événements traumatisants qui causent des pertes de vie risquent d'avoir un effet important sur les résidents des collectivités qu'ils touchent et sur les relations entre voisins (Williams, Zinner, & Ellis, 1999). Selon la réponse à l'événement, leur sens de connexion et de cohésion peut augmenter ou diminuer, de manière à influencer la qualité de vie des familles. Ma recherche porte sur trois événements violents survenus en Ontario et au Québec. Grâce à une bourse du Conseil de recherche en sciences humaines du Canada, j'ai pu examiner l'impact de ces événements sur le quartier ou la collectivité en question. Plusieurs

interventions qui visent à aider les gens dans ces situations dépassent les bornes du domaine de l'éducation familiale. Toutefois, un thème ressort qui est étroitement lié à l'éducation parentale : de nombreux parents n'ont pas les habiletés ou la confiance qui leur permettraient d'aider leurs enfants à comprendre, à gérer et à composer avec un deuil inattendu, surtout la perte d'un pair.

Les compétences pour retrouver l'équilibre

Les groupes d'entraide et les programmes d'éducation touchant le deuil et la mort font partie du domaine de l'éducation à la vie familiale (Gross, 1993). Par ailleurs, plusieurs habiletés qui aideront les enfants et les adolescents à faire face au deuil jouent également un rôle dans toute relation interpersonnelle, par exemple, gérer les émotions, partager les sentiments de manière positive et communiquer les pensées (Arcus, 1987). Il est donc important que les parents aient la confiance et les habiletés en vue de soutenir leurs enfants qui passent un moment difficile. Dans les mots de la mère d'une adolescente dont la meilleure amie a été victime de meurtre : «... en tant que parent, on sait comment faire face aux décès normaux... mais dans le cas d'un meurtre, on n'en a pas l'habitude. »

Documents en ligne portant sur le deuil et les enfants

« Faire face aux événements stressants : Comment aider les enfants »

- pour les parents d'enfants âgés de 1 à 11 ans. 12 pages. www.phac-aspc.gc.ca/publicat/oes-bsu-02/pdf/comment-aider-vos-enfants_f.pdf

« Faire face aux événements stressants : comment aider les adolescents »

- pour les parents d'adolescents. 13 pages. www.phac-aspc.gc.ca/publicat/oes-bsu-02/pdf/comment-aider-vos-adolescents_f.pdf

« Réagir au stress provoqué par les catastrophes »

- pour les parents de jeunes enfants et d'adolescents. www.cps.ca/soinsdenosenfants/Comportement&parents/Desastre.htm

suite à la page 2

Le rôle de l'éducation familiale

À la suite d'un événement traumatisant qui touche toute la collectivité, les intervenants et intervenantes en éducation familiale peuvent combler ce manque d'habiletés en organisant des rencontres d'information à l'intention des parents. Après la mort accidentelle d'une étudiante, un directeur d'école a observé : « Plusieurs parents veulent être la personne présente auprès de leurs enfants en situation de crise, et c'est tout à fait normal. » Les intervenants et intervenantes en éducation familiale peuvent aider les parents en se servant des suggestions et des ressources suivantes.

- **Renforcer la capacité des parents d'aider leurs enfants.** Au début, les parents risquent de vivre une certaine confusion en ce qui concerne l'aide à apporter à leurs enfants. Mais le plus souvent, ils possèdent déjà les outils dont ils ont besoin. En général, ils comprennent la capacité qu'ont leurs enfants d'absorber et de traiter de l'information pertinente, en fonction de leur stade de développement. Les intervenants et intervenantes en éducation familiale sont en mesure d'aider les familles à reconnaître leur propre débrouillardise et leur capacité de résilience. Ils peuvent aider les parents à s'affirmer dans leur rôle d'éducateurs en cas de deuil.

- **Donner l'exemple des habiletés de communication nécessaires en vue d'aider les enfants à vivre le deuil; jouer le rôle d'entraîneur auprès des parents pour qu'ils puissent soutenir leurs enfants.** Commencez par aider les parents à reconnaître l'effet qu'a eu l'événement sur eux-mêmes. En **identifiant leurs propres sentiments et en y faisant face**, les parents seront mieux outillés pour soutenir leurs enfants. Il ne s'agit pas pour autant de penser que les parents doivent cacher leur peine. Les larmes des parents témoignent aux enfants qu'il est normal de pleurer quand on vit un deuil et qu'on a de la peine. Les enfants en seront plus à l'aise de partager leurs propres sentiments. Il est toutefois essentiel que les enfants sachent qu'on prendra soin d'eux et qu'ils sont en sécurité, même si les adultes qui les entourent sont tristes.

Les parents se doivent d'**être aussi francs que possible** et de rester ouverts aux questions de la part de leurs enfants. Cette attitude peut poser problème en cas d'événement violent où les détails risquent d'être encore plus traumatisants. Discutez avec les parents au sujet des renseignements qu'il convient de divulguer aux enfants. Les parents ont surtout besoin

de savoir créer une ambiance de réconfort et d'ouverture, tout en communiquant que tous les sentiments de l'enfant seront accueillis, sans jugement.

L'écoute est parmi les habiletés les plus utiles aux parents. Ils peuvent encourager les enfants à exprimer leurs sentiments oralement, par écrit ou par le biais de l'art. Les enfants doivent être capables de nommer leurs sentiments et de les exprimer, et ils doivent savoir que leurs sentiments sont acceptés. Il est contre-productif de contester les sentiments d'un enfant, en lui disant de « passer par-dessus », ou en s'attendant à ce qu'il soit « fort et courageux », qu'il agisse « comme un adulte ».

Il vaut mieux lui offrir de l'empathie en reconnaissant que l'événement était triste et épeurant. Les enfants ont besoin de temps, de patience, de sensibilité et de compréhension à l'égard de leur cheminement à travers le deuil. Le deuil est un processus, non pas un fait ponctuel, et chaque enfant l'approche à sa manière personnelle.

Incitez les parents à **communiquer leurs croyances spirituelles, leurs pratiques culturelles et leurs valeurs** à leurs enfants. Quand il arrive des événements traumatisants qui ont un effet sur toute une collectivité, les gens, autant les enfants que les adultes, se trouvent confrontés à des questions qui touchent le sens profond de la vie.

Soulignez qu'il est important que les parents **communiquent explicitement leur amour et leur soutien** à leurs enfants. Le décès soudain d'un pair peut éveiller chez les enfants la perception de leur propre vulnérabilité.

- **Faire appel aux forces de la collectivité.** Organisez des groupes d'entraide où les parents peuvent échanger sur leur vécu. De tels groupes servent à renforcer la confiance des parents à l'égard de leur capacité à soutenir leurs enfants, pour qu'ils deviennent les points d'ancrage dont leurs enfants ont tellement besoin.

- **Attirer l'attention des parents sur les signes que les intérêts de l'enfant seraient mieux servis par de l'aide professionnelle.** Bien que de nombreux enfants, au fil du temps, retrouvent leur équilibre émotionnel, d'autres profiteront d'un soutien supplémentaire. Les enfants qui semblent sans émotion ou très déprimés, qui ont des troubles de sommeil ou d'alimentation, qui

suite à la page 3

suite de la page 2

manifestent des changements de comportement importants ou qui participent à des activités dangereuses ou risquées (l'abus de drogue ou d'alcool, des batailles, l'expérimentation sexuelle) pourraient tirer profit d'un soutien professionnel. Les pédiatres, les travailleurs sociaux en milieu scolaire et les professionnels de la santé mentale qui travaillent au sein des organismes communautaires sont en mesure de fournir de l'aide et des recommandations.

• **Avoir une liste de ressources à consulter pour les parents.** L'encadré ci-contre répertorie plusieurs ressources que les intervenants et intervenantes en éducation familiale peuvent partager avec les parents. Il existe en outre de nombreux romans et livres d'histoires dont les parents peuvent se servir pour entamer une discussion avec leurs enfants. Quelques exemples sont donnés à la page 7. Demandez aussi des conseils à votre bibliothèque locale.

Les parents ne peuvent pas protéger leurs enfants contre toute expérience de tristesse et de deuil, mais ils peuvent les aider à développer les habiletés et la résilience émotionnelle qui leur permettront de naviguer à travers les moments de deuil soudain. Ce sont des capacités dont les enfants se serviront toute leur vie.

Références

Arcus, M. (1987). A framework for life-span family life education. *Family Relations*, 36, 5-10.

Gross, P. (1993). *On family life education: For family life educators* (3rd ed. rev.). Montreal: Centre for Human Relations and Community Studies.

Williams, M., Zinner, E., & Ellis, R. (1999). The connection between grief and trauma: An overview. In E. Zinner & M. Williams (Eds.), *When a community weeps: Case studies in group survivorship* (pp. 3-21). Philadelphia: Bruner/Mazel.



Rosemary C. Reilly est professeure adjointe au Département des Sciences humaines appliquées de l'Université Concordia à Montréal. Elle est éducatrice en vie familiale depuis 1989 et Éducatrice familiale agréée du Canada (EFAC) depuis 1995.