

Qu'est-ce que les enfants et adolescents comprennent au sujet de la mort ?

Le degré auquel les enfants comprennent la mort varie selon les âges et les niveaux de développement. Vous trouverez ci-dessous les points de compréhension de la mort les plus courants chez des enfants de différents âges, mais souvenez-vous que tous les enfants sont spéciaux et uniques et que, par conséquent, ils comprendront et réagiront à la mort de leur manière spéciale et unique.

Les jeunes enfants de moins de 5 ans comprennent-ils la mort ?

Les enfants de moins de cinq ans ne comprennent pas la finalité de la mort. Les enfants en très bas âge pensent que la mort est réversible et qu'un proche décédé peut revenir. C'est la raison pour laquelle il est important d'utiliser un vocabulaire clair et simple, comme « mort » et « mourir ». À cet âge, les enfants ont une compréhension très littérale, alors si nous disons « nous avons perdu grand-mère », les enfants de moins de cinq ans penseront « où est-ce qu'on pourrait la retrouver ? ».

Les enfants en bas âge ne comprennent pas la différence entre mort et vivant à moins que nous ne leur montrions. Vous pourriez peut-être aller dans le jardin avec votre enfant, trouver des insectes morts et vivants et les comparer.

Il est important de donner des informations claires et concises, de répondre aux questions des enfants en bas âge et de veiller à ce qu'ils comprennent ce que vous dites. Il n'est pas rare que les jeunes enfants répètent le récit de la mort et posent de nombreuses questions répétitives. Cela ne veut pas dire qu'ils n'ont pas écouté ou que vous n'avez pas assez bien expliqué, c'est juste la façon dont ils gèrent ce qui se passe.

Les enfants de 5 à 8 ans comprennent-ils la mort ?

Les enfants âgés de 5 à 8 ans commencent à comprendre que la mort est quelque chose de définitif, mais ceci peut être étrange pour eux, ou leur faire peur. Il peut être utile d'utiliser des livres pour expliquer que la mort et le cycle de vie sont des choses naturelles et normales. Vous trouverez une liste de livres ici :

[\[https://www.winstonswish.org/suggested-reading-list/\]](https://www.winstonswish.org/suggested-reading-list/)

À cet âge, les enfants commencent à réfléchir à eux-mêmes et à leur position par rapport à la mort. C'est ce qu'on appelle la « réflexion magique ». Par exemple, ils pourraient penser que c'est de leur faute si la personne est morte. « Je n'ai pas mangé mon petit déjeuner, alors maman est morte ». Il est important de leur donner des informations claires sur la mort et de les aider à comprendre que ce n'est pas leur faute.

Les enfants âgés de 5 à 8 ans commenceront à réfléchir et à ressentir des émotions fortes mais n'auront pas le vocabulaire pour les comprendre ou nous les expliquer. Vous pouvez les aider à comprendre que la sensation bizarre qu'ils ressentent au fond de l'estomac s'appelle « l'inquiétude » ou que serrer les poings ou les dents peut s'appeler « la colère ».

Est-ce que les enfants âgés de 9 à 12 ans comprennent la mort ?

À cet âge, les enfants comprennent la finalité de la mort et que la personne décédée ne reviendra pas. Ils sont également davantage conscients de l'impact de la mort sur eux, et réalisent par exemple que la personne spéciale ne sera pas là pour les anniversaires ou les dates importantes, par exemple l'entrée au collège.

À cet âge, les enfants auront développé un vocabulaire qui leur permet de comprendre leurs pensées et leurs émotions, mais il se peut qu'ils ne veuillent pas les partager par crainte d'attrister d'autres personnes. Le fait de ne pas communiquer leurs émotions entraîne de grosses décharges émotionnelles, comme la colère ou la détresse. Vous pouvez les aider en leur permettant de discuter de ce qu'ils ressentent au sujet du défunt et de parler de leurs inquiétudes et de leurs préoccupations avec vous.

Les enfants âgés de 9 à 12 ans entament une période de transition et changeront vraisemblablement d'école. La transition d'une école à une autre peut être très difficile pour certains enfants qui ont subi un deuil. Vous pouvez les aider en écoutant leurs inquiétudes et préoccupations et peut-être en informant le personnel de la nouvelle école du deuil.

Les adolescents comprennent-ils la mort ?

Les adolescents ont une compréhension adulte de la mort et du fait de mourir et sont beaucoup plus conscients de la finalité de la mort. Ils comprennent également ce que cela veut dire pour eux et leur vie, à la fois maintenant et à long terme.

À cet âge, les adolescents commencent à questionner la signification de la vie et de l'au-delà, et la mort d'une personne qui leur est chère peut les faire réfléchir encore davantage à ceci ou se demander « à quoi ça sert ? ».

Il est important de donner aux adolescents des informations claires et honnêtes au sujet de la mort et de répondre à leurs questions. Les adolescents peuvent consulter certains articles en ligne sur la mort et ceci peut être partiellement nuisible. Vous devriez être leur source de vérité et de clarté.

Les adolescents peuvent avoir à soigner ou s'occuper de leur parent/frère/sœur après la mort de quelqu'un. Ils peuvent s'inquiéter de perdre le contrôle de leurs émotions et ont besoin d'aide pour les externaliser. Ils trouveront peut-être plus



Giving hope to grieving children

facile de parler à un autre adulte auquel ils font confiance. Aidez-les à trouver quelqu'un à qui ils peuvent se confier.