

## Deuil. Ne pas rester dans le pathos

9 décembre 2015 à 13h33 / Stéphanie Le Bail /



Marie-Thérèse Furic (à gauche) prend la tête de l'association Grandir avec l'absence, créée par Marie-Claire Duermael.

**Elles ont choisi d'accompagner les enfants dans le deuil. Des bambins de 6 à 13 ans propulsés dans la tristesse, avec qui elles vont faire un bout de chemin, afin de les aider à surmonter leur douleur pour rebondir plus fort dans la vie. Marie-Claire Duermael a créé Grandir avec l'absence, dont elle passe aujourd'hui le flambeau à Marie-Thérèse Furic.**

Marie-Claire Duermael a perdu sa mère alors qu'elle était très petite. « À mon époque, on ne se souciait pas de savoir ce qui se passait dans la tête d'une petite fille de mon âge. Pour moi, ça a été un deuil interminable. En créant Grandir avec l'absence, en 2005, je voulais éviter ça à d'autres enfants », raconte Marie-Claire Duermael, psychologue scolaire qui espère être parvenue « à "réparer" certains enfants ».

L'association fonctionne sur le principe de groupes fermés, composés de quatre à six enfants qui ont perdu un parent, un frère ou une soeur, un grand-parent.

### Savoir qu'il n'est pas seul

Depuis dix ans, Marie-Claire Duermael animait les groupes avec Claude Colonge. Aujourd'hui, elles laissent leur place à Marie-Thérèse Furic et Isabelle Bouffandeau. Les animatrices sont formées et inspirées de l'expérience de thérapeutes québécois.

« La première fois, l'enfant et son parent viennent ensemble. Les enfants sont avec une animatrice pour faire connaissance entre eux. Chacun se présente en disant qui il est par rapport à la personne décédée. C'est déjà important pour eux de ne plus se sentir isolés dans leur situation ».

« Les parents réunis de leur côté ont beaucoup à dire. Ils ne sont pas forcément au même stade de leur deuil. Certains sont encore dévastés, mais vont être encouragés par d'autres qui témoignent en disant qu'ils sont passés par cette étape, et qu'aujourd'hui ça va mieux. Cette première rencontre est l'occasion de les aider à mieux comprendre ce qui se passe pour leur enfant et qu'ils ont chacun des réactions différentes. On les informe sur la manière dont les petits se représentent la mort. On évoque les émotions ».

L'enfant vient avec un parent, mais aussi avec une personne-ressource. « Quelqu'un avec qui il se sent bien et avec qui il pourra parler du parent décédé : quelqu'un pour qui il compte. Quelqu'un vers qui il pourra se tourner, dans une relation différente. Ça peut être un grand-parent, une tante, mais aussi une voisine. Pour les parents aussi c'est important de savoir qu'il peut y avoir un relais ».

### Parler sans circonvolutions

« Lors des séances suivantes, l'enfant va être amené à parler de la personne décédée. Il racontera son histoire. On va mettre des mots sur les maux sans circonvolutions : ça peut être difficile, mais c'est très libérateur. En parlant en groupe, ils s'entraident car les uns peuvent trouver le moyen d'exprimer ce que d'autres n'arrivent pas à dire. Au cours des séances, le travail va consister à évoquer les différents sentiments : la tristesse, la culpabilité, la colère. On leur explique que c'est normal d'être en colère et de l'exprimer, mais sans se détruire ni détruire les autres », indique Marie-Thérèse Furic.

Pour s'exprimer, les enfants peuvent avoir le soutien de l'ours de parole ; une peluche énorme dans laquelle ils se blottissent. L'expression passe aussi par le dessin, le jeu, la musique, les histoires...

### « On leur dit que la peine sera encore là »

« Une fois que tout cela est déchargé, on va pouvoir ensuite les réconcilier avec les moments heureux vécus avec la personne disparue et les projeter dans le futur en les faisant imaginer comment ce sera dans dix ans. On leur dit que la peine sera encore là, par contre, elle fera moins mal. L'objectif est de ne pas rester dans le pathos, mais d'y passer pour pouvoir avancer ». Depuis 2009, Grandir avec l'absence, soutenue par la Caf (Caisse d'allocations familiales) et l'ARS (Agence régionale de santé), fait partie de Jalmalv (Jusqu'à la mort accompagner la vie).

Aujourd'hui, les animatrices sont aussi en relation avec l'association Échange et partage deuil-jeunesse deuil qui élargit son action auprès des enfants (lire ci-dessous).

## Surmonter un décès et « redonner du sens à sa vie »

« À la fin des années 90, à Vannes, il n'y avait pas d'association pour accompagner les personnes endeuillées. J'ai d'abord créé un groupe de parole et puis l'association est née en 2004 », explique la présidente Éliane Conan, infirmière à la retraite.

En dix ans, Échange et partage deuil a pris de l'ampleur et compte aujourd'hui des permanences et des groupes de parole à Vannes, mais aussi à Auray, Allaire, Ploërmel et Pontivy. Une association reconnue par l'Agence régionale de santé, en lien avec l'EPSM (Établissement public de santé mentale). « Nous avons l'habitude de travailler avec les professionnels, mais chacun sait où est sa place. Nous, nous ne sommes pas des thérapeutes ».

### En groupe ou individuellement

Des groupes de soutien que les personnes endeuillées intègrent trois mois ou plus après le décès d'un conjoint, d'un parent, d'un enfant ou d'un ami. « On reçoit aussi les personnes individuellement, notamment la première fois », indique Nadine Frenkel.

« L'objectif est de permettre à la personne endeuillée de se sentir normale dans la traversée de son deuil, avec les manifestations inhérentes à celui-ci », explique Éliane Conan. « Que la personne puisse redonner un sens à sa vie : non pas à la mort de la personne, mais à sa vie à elle, maintenant ».

Nadine Frenkel est l'une des onze animateurs formés pour accompagner les adultes, ainsi que les jeunes. Une formation menée selon une méthode québécoise, en lien avec l'association Deuil-jeunesse, dont elle vient d'ouvrir une antenne à Vannes au sein de l'association. Une initiative qui permet à Échange et partage deuil de prendre un nouveau tournant en accompagnant les familles de jeunes endeuillés, les enfants à partir de 3 ans et les adolescents.

### Renforcer ce qui va encore bien

« L'accompagnement des jeunes a lieu au plus près de leur lieu de vie, dans la mesure de nos possibilités. Les déplacements sont parfois difficiles pour cette tranche d'âge et les ados préfèrent souvent ne pas dépendre de leurs parents », constate Nadine Frenkel. « L'objectif est de réduire et prévenir la souffrance psychique et le suicide chez tous les jeunes suite à la mort d'un proche, sachant que l'adolescence est déjà une période de transformation. Il s'agit de renforcer ce qui va encore bien et leur permettre de trouver eux-mêmes leurs ressources et leurs solutions ».

---

## La femme

Éliane Conan va quitter l'association Échange et partage deuil, qu'elle a créée et présidée pendant dix ans. Une nouvelle présidente, qui devrait être Nadine Frenkel, sera élue samedi prochain, 12 janvier, lors de l'assemblée générale qui se tiendra à partir de 16 h, à l'Udaf, 47, rue Ferdinand-Le-Dressay.

---

## Coordonnées

### Grandir avec l'absence

Tél. 02.97.61.27.41 ou 06.89.10.30.40. Jalmalv Morbihan : antenne de Vannes à l'Udaf56, 47, rue Ferdinand-Le-Dressay. Site Internet : [www.jalmalv.fr](http://www.jalmalv.fr)

### Échange et partage deuil

Tél. 02.97.67.54.76. E-mail : [echangeetpartagedeuil@wanadoo.fr](mailto:echangeetpartagedeuil@wanadoo.fr) Udaf56, 47, rue Ferdinand-Le-Dressay.

### Deuil-jeunesse

Tél. 06.80.23.57.05 ou 02.97.67.54.76. E-mail : [echangeetpartagedeuil@wanadoo.fr](mailto:echangeetpartagedeuil@wanadoo.fr)

---