

Parents désenfantés

Jean et Marie sont bénévoles à l'association Parents Désenfantés, dont ils ont expliqué le fonctionnement à Olivier lors d'une interview pour Couples et Familles. Eux-mêmes parents endeuillés (comme tous les autres bénévoles), ils livrent, en même temps que le récit de leurs activités, leur expérience propre.

Le concept de l'association « Parents Désenfantés » naît entre 1980 et 1981 sous l'impulsion de deux mères endeuillées : Anne-Marie Thiran et Françoise Humblet. À une époque où le sujet de la mort d'un enfant est encore beaucoup plus tabou qu'aujourd'hui, elles réalisent que parler, échanger, mettre des mots sur les émotions cataclysmiques ressenties durant le deuil procure un bien salvateur. De fil en aiguille, d'autres parents se sont joints aux deux amies, des personnes qui ne se connaissaient pas mais venaient chercher l'oreille attentive de ces mères qui avaient tout compris et les écoutaient donc. « C'est ainsi que j'ai fait mon propre deuil », explique Anne-Marie dans une interview accordée à Cathobel¹. Le nom « Parents Désenfantés » est emprunté au vocabulaire d'André Chouraqui, dans sa traduction de la Bible, quand Joseph, privé de deux de ses fils, reproche à leurs frères responsables : « Vous m'avez désenfanté² ! ». En 1997, l'association se constitue en ASBL. Elle a pour but d'aider les familles, surtout les parents, mais plus tard aussi les enfants, à traverser le deuil en mettant à leur disposition un lieu de parole et d'écoute aux côtés de personnes vivant la même expérience. Aujourd'hui, « Parents Désenfantés » est bien connue des professionnels tels que les psychologues ou les services d'aide aux victimes, lesquels ne manquent pas d'orienter leurs bénéficiaires vers elle, sur base volontaire. Son siège social se trouve à Ottignies, mais il existe des implantations à Liège et à Charleroi, sans locaux fixes.

Besoin de parler ?

« Nous, les parents désenfantés, avons extrêmement besoin de parler. Mais on se retrouve face à un entourage pour lequel c'est très compliqué. » Tout est dit. Même les parents bien entourés se retrouvent confrontés, d'une part, au tabou social qui rend très pénible le sujet de l'enfant défunt, d'autre part, au décalage temporel qui les sépare du reste du monde, eux qui commencent à peine à émerger des décombres après le tsunami, alors que leurs proches semblent avoir repris une vie normale, déjà. Tout est dit.

« Allons, t'es toujours là-dedans ? » C'est le genre de remarque à laquelle les parents endeuillés sont parfois confrontés. Mal à l'aise face à l'indicible, alors que c'est le moment où les parents ont besoin de se livrer, de partager leur expérience, de mettre des mots sur ce qui est si difficile à dire, après une période de flou total, une errance psychique plus ou moins longue qui a creusé la distance entre leur temporalité et celle de l'entourage. Quand il est entendu, le discours de certains parents endeuillés peut aussi être dur et reçu avec violence.

Cette sensation entraîne souvent un rejet de la société. Pour ces raisons, des espaces de parole existent et permettent de sortir de la solitude et du silence.

Un autre soi

« Perdre un enfant, c'est comme si on avait coupé une partie de vous-même. » Mais on ne se reconstruit pas à proprement parler, il est plus juste de dire qu'on se réinvente. On doit trouver une façon de vivre qui soit compatible avec la société tout en tenant compte de la nouvelle personne que l'on est devenue³. En quelque sorte, on fait le deuil de soi, c'est un travail supplémentaire. Puis il y a toute une série de deuils collatéraux : des relations, par exemple, on fait le tri dans ses amis, certains disparaissent, d'autres se révèlent. En outre, des questions fusent : qu'ai-je fait, que n'ai-je pas compris ? Et selon le rapport à la foi, il peut s'opérer un chamboulement spirituel. Somme toute, les parents ont besoin de mettre du sens dans ce qui leur arrive, de maîtriser à nouveau le processus de leur vie. C'est bien le but de Parents Désenfantés : guider les bénéficiaires dans le cheminement du deuil, tout en sachant que leur blessure restera toute leur vie. Il n'y a d'ailleurs pas de limite dans la durée de fréquentation des activités proposées : tous et toutes y sont les bienvenus, toujours ; certains disparaissent pendant deux ans puis reviennent. Par ces rencontres sociales, « on remet un peu de vie là où la mort est envahissante ». Certes, il faut parler de la mort, mais l'important est aussi de penser à l'avenir.

Des bénévoles animateurs

Les activités sont gérées par des animateurs bénévoles, eux-mêmes parents ayant fait l'expérience du deuil d'un enfant. Il s'agit d'un « accompagnement par les pairs », non d'une thérapie, toutefois les intervenants sont formés à l'écoute par des professionnels et suivent une supervision après chaque groupe de parole. Ils sont aussi invités à développer des outils d'animation auprès d'une psychologue spécialisée. Les bénévoles prennent leur responsabilité au sérieux en cultivant le professionnalisme.

Autrefois, l'ASBL recevait des subsides de la COCOF. Mais il est certain que le secteur social ne fait plus partie des priorités de nos gouvernements, c'est pareil pour d'autres associations. S'il n'y a pas de salarié, les activités organisées nécessitent l'occupation de locaux et la paie d'un loyer. Ces derniers sont partagés avec l'association "Vivre son deuil", qui organise des activités similaires non cantonnées aux deuils d'enfants. Naturellement, il arrive que les deux ASBL collaborent autour d'activités communes. En guise de revenus, l'ASBL vit grâce aux dons et un ultime subside de la Ville de Wavre.

En plus de l'animation des groupes de parole, une écoute téléphonique est possible en cas de demande, mais il ne s'agit pas d'un service d'aide téléphonique en continu. Néanmoins, il arrive de plus en plus souvent que les parents en souffrance aient plus de facilité à s'exprimer par e-mail. Lors d'un premier contact au téléphone, il est parfois très difficile d'aborder la souffrance vécue par la perte de son enfant, face à une personne inconnue. Alors qu'après un premier échange écrit, les bénévoles peuvent planifier des appels téléphoniques plus sereins où ils prendront l'initiative d'appeler eux-mêmes.

Les groupes de parole

Chez « Parents Désenfantés », les groupes de parole sont ouverts : chaque invité peut venir ou non, il n'y a pas de suivi ni d'obligation de présence. Ils sont organisés tous les deux mois et peuvent rassembler près d'une trentaine de personnes, majoritairement des parents. La porte est ouverte aux grands-parents et à la fratrie. Comme cela peut être intimidant de s'exprimer devant autant d'inconnus, des rencontres en comité réduit (les soirées d'accueil) sont organisées au préalable avec tout nouvel arrivant pour les familiariser avec les lieux et les intervenants. Il est aussi important que leur histoire puisse être racontée une première fois.

Les parents sont accueillis dans une grande salle à l'ambiance méditative. Dès leur arrivée, ils sont invités à déposer la photo de leur enfant défunt sur un tableau blanc, sous lequel une bougie est allumée. En cas d'oubli, le prénom sera écrit. La bougie symbolise la présence des enfants, mais des fleurs sont aussi présentes et évoquent la vie⁴. Quand tout le monde est là, le moment est venu pour rendre hommage aux enfants disparus. Cela peut prendre diverses formes, avec pour point commun l'écriture du prénom de l'enfant : rédaction d'un message sur une étoile, nouage de rubans à un arbre, drapeaux de prière tibétains...

Après ce moment symbolique, les petits groupes de parole sont formés, constitués de maximum 8 à 10 personnes. Ces derniers peuvent être constitués sur base de critères inhérents au deuil, à l'âge des enfants ou aux circonstances de leur mort ; c'est notamment le cas du suicide des jeunes, qui concerne plus de la moitié des parents actuellement en demande. En outre, si les participants trouvent du réconfort à partager leur expérience de deuil, la responsabilité des animateurs consiste à ce que chaque participant du groupe puisse se sentir respecté et écouté. Il arrive parfois que l'on organise un groupe composé uniquement de papas : c'est l'occasion pour eux de s'exprimer différemment, avec une autre sensibilité, parfois d'aborder d'autres questions...⁵. Et contrairement au stéréotype qui présente les hommes comme peu loquaces, force est de constater qu'il s'agit bien souvent des groupes qui terminent le plus tard ! Enfin, les nouveaux arrivants sont répartis entre les différents groupes, leur expérience étant nouvelle pour l'assemblée, elle prendra plus de temps à être racontée, et s'ils étaient réunis dans un même groupe, celui-ci risquerait de durer très longtemps. De séance en séance, on veillera à ce que chacun ait l'opportunité de rencontrer des participants et des animateurs différents.

Une séance de groupe de parole, à proprement parler, dure environ 2h30. Chaque animateur a sa technique. Marie aime commencer par un moment de silence pour s'intérioriser du moment avant de se présenter en tant qu'animatrice mais aussi en tant que parent désenfanté. Ainsi s'opère une première identification chez les participants. Pour engager la conversation, elle évoque les dates anniversaires : des parents ont-ils une naissance ou un décès à commémorer ce jour ? Ce sont des moments importants pour eux, il est primordial d'en parler, d'y accorder de l'importance. Bien souvent, « la parole rebondit » à partir de cette entrée en matière. Il faut savoir que « les parents ont besoin de remplacer le concret par le symbolique » ; par concret, Marie désigne « la vie avec l'enfant » qui n'a pas pu se dérouler. Du point de vue de l'extérieur, les discussions peuvent paraître surréalistes : il n'est pas rare,

par exemple, que les parents partagent des considérations diverses à propos des pierres tombales.

Après que chaque groupe de parole a terminé, tous se rejoignent autour d'un goûter pour lequel chacun aura amené un petit quelque chose. C'est l'occasion de décompresser en se disant au-revoir. En dernier lieu, les animateurs devront prendre quelques minutes entre eux pour débriefer, histoire qu'aucun ne reparte avec une charge émotionnelle trop forte. En effet, les parents éprouvent le besoin de déposer leurs émotions : sentiment de culpabilité, sentiment d'échec, colère... avec lesquels il faut savoir prendre de la distance.

Les autres activités

En collaboration avec leurs colocataires « Vivre son deuil », « Parents Désenfantés » organise les ateliers « Tournesol » à l'attention des enfants de 5 à 12 connaissant une situation de deuil, d'un membre de la famille ou d'un ami⁶. Il s'agit d'un cycle de 7 séances, au rythme d'une séance par mois de 3h où il est souhaité de venir régulièrement.

Quand la météo le permet, « Parents Désenfantés » organise une balade estivale annuelle en nature, ouverte également aux proches. Il n'y a pas d'animation particulière, c'est un moment libre où l'on pourra discuter des mêmes choses qu'aux groupes de parole, mais spontanément, avec qui l'on veut. Cela se conclut par un repas ensemble.

Moins attachées au soleil, les soirées d'échange consistent en une conférence, dispensée par un.e professionnel.le, suivie d'un moment d'échange avec les participants, aux témoignages desquels on accordera une grande place : le/la conférencier/-ère ne doit pas être le centre de l'attention. Elles sont ouvertes à tout qui s'intéresse au thème abordé.

Pour les plus manuels, il se fait aussi des ateliers de confection de bijoux, développés par des mamans de l'association. Place à la créativité, ce qui constitue également un moyen d'expression dans le cheminement de deuil.. Une vente annuelle à l'approche des fêtes de fin d'année permet à l'ASBL d'engranger quelques modestes revenus.

Pour les littéraires, le trimestriel « Le Lien » offre un espace d'expression littéraire où ils peuvent rédiger un texte, une poésie par exemple, partager une citation, une chanson, ou encore chroniquer un livre. Sous la forme d'une brochure, ce journal est envoyé aux membres de l'ASBL et est disponible en format électronique sur le site Internet.

Enfin, l'association met à disposition de ses usagers une bibliothèque sur la question du deuil, on y trouve aussi quelques DVD. Ils peuvent être empruntés. Son catalogue figure en ligne sur le site Internet, où chaque élément est décrit par une brève synthèse. On peut y filtrer la recherche. Le site renseigne aussi des musiques.

Site Internet : <https://www.parentsdesenfantes.org>

Ici, le deuil se partage

Loin des conventions et des peurs sociales qui, parfois, imposent un silence de mort, là où la parole est pourtant la bienvenue. Mais il s'agit avant tout de rester tourné vers l'avenir, ancré au milieu des vivants grâce à des rencontres enrichissantes dont le vécu fait écho. Chaque parent aspire à reprendre le contrôle sur sa vie, sans oublier pour autant son enfant disparu dont le souvenir l'habitera pour l'éternité⁷.

-
- ¹ Anne-Marie Thiran, « Le deuil d'enfant : écouter l'autre avec "la compassion du cœur" », propos recueillis par Angélique Tasiaux, dans *Cathobel*, 02/02/2021 (page consultée le 21/11/2023). En ligne sur www.cathobel.be.
 - ² Genèse 42:36 (Bible Chouraqui).
 - ³ « On découvre une autre dimension de la vie. Pour beaucoup, la vie renaît autrement. Il n'y a pas d'exercice. C'est vraiment le fruit de l'intériorité. C'est pour cela qu'il faut beaucoup de délicatesse pour accompagner le deuil et beaucoup d'attitudes qui ne sont pas nécessairement des solutions. Ce qui est important à accepter, c'est que le chemin de deuil est d'abord émotionnel. Il faut exprimer ses émotions à quelqu'un, en donnant sens à ce que l'on ressent, et que ce soit reçu par quelqu'un qui vous reconnaît vivant cela d'une manière unique et personnelle, sans jugement ni comparaison. (Anne-Marie Thiran, *op. cit.*) ».
 - ⁴ « C'est important tous les symboles qu'on utilise et qui s'inventent dans Parents Désenfantés. À l'origine, ce qu'on a découvert comme rituel, suivant la demande des parents, et qu'on a introduit dans nos rencontres, c'est le rituel de la photo. Tous ces enfants étaient rassemblés sur un panneau. Et puis, on allumait une bougie et on mettait quelques fleurs toujours fraîches pour symboliser la vie et la lumière que nos enfants sont et deviennent de plus en plus dans une autre dimension dans notre vie. (Anne-Marie Thiran, *op. cit.*) ».
 - ⁵ Il est à noter qu'au sein du couple, le processus de deuil peut être vécu très différemment par l'un et l'autre, chacun vit sa propre temporalité.
 - ⁶ Le travail sur le deuil avec des enfants est spécifique. Par exemple, on sait que les enfants ont tendance à vouloir protéger leurs parents, alors leurs souffrances sont parfois tues. Cependant, il ressort que les parents aimeraient en parler avec eux, mais ne savent pas toujours comment.
 - ⁷ Propos de Jean et Marie, recueillis et mis en forme par Olivier Monseur.