

LES ENFANTS ET LE DEUIL

DES CONSEILS POUR AIDER LES ENFANTS À SURMONTER LA PERTE DE LEUR ANIMAL DE COMPAGNIE



LE DÉCÈS D'UN ANIMAL DE COMPAGNIE peut être un défi important pour les enfants et constitue souvent leur première expérience avec la mort. Ils considèrent probablement leur animal de compagnie comme une source de réconfort, voire comme un ami, lorsqu'ils sont malades ou se sentent contrariés, tristes ou seuls. C'est pourquoi il est important de discuter de la situation avec vos enfants et de leur donner la possibilité de faire leurs adieux.

Voici quelques conseils sur la manière dont vous pouvez aider vos enfants à vivre leur deuil.

ANNONCER LA NOUVELLE

Prévenez votre enfant aussitôt que possible. En remettant l'annonce de la nouvelle à plus tard, vous risquez de provoquer un sentiment de trahison et de ressentiment. Si possible, partagez l'information en personne, dans un endroit confortable et sécuritaire. Il n'est pas nécessaire d'éviter les mots « mort » ou « mourir ». Cependant, limitez les détails que vous donnez aux jeunes enfants.



ÊTRE TOUJOURS HONNÊTE ET PATIENT

Les enfants peuvent avoir du mal à comprendre la permanence de la mort et continuer à chercher leur animal de compagnie. Bien qu'il puisse être tentant de leur dire que leur animal a été « endormi » ou qu'il « s'est enfui et pourrait ne jamais revenir », ces explications peuvent créer de l'anxiété chez les enfants, puisqu'ils peuvent s'inquiéter en pensant que la même chose peut arriver à une personne qui leur est chère. Même si ce mensonge est bien intentionné, il n'atténuera pas la tristesse que ressent votre enfant et pourrait même alimenter sa colère et son ressentiment.



ÊTRE PRÉPARÉ

Soyez prêt à répondre aux questions de manière positive en discutant de ce qui arrive à un animal de compagnie après son décès. Votre explication dépendra de votre compréhension de la mort, de vos croyances et de l'âge de votre enfant. Pour les animaux de compagnie très âgés ou ceux qui sont en phase terminale, pensez à parler à votre enfant avant que la mort ne survienne.

PARTAGER SON CHAGRIN

Les jeunes enfants considèrent leurs parents comme des modèles. En partageant votre chagrin, vous leur démontrez qu'il est naturel de se sentir triste ou en colère, en plus de créer un moment précieux d'intimité entre vous. Ils trouveront du réconfort en sachant qu'ils ne sont pas seuls et qu'il est normal pour eux d'exprimer leurs sentiments ou de pleurer lorsqu'ils se sentent tristes et seuls. Vous pouvez même partager des histoires sur les animaux de compagnie que vous avez perdus dans votre enfance et sur la difficulté de leur dire adieu. Assurez-vous d'échanger avec votre enfant et de lui donner l'espace nécessaire pour exprimer et partager ses sentiments avec vous.



L'EUTHANASIE

Si l'euthanasie de votre animal est l'option la plus compatissante, vous pouvez dire : « Léo n'aurait jamais pu guérir par lui-même », « C'est la façon la plus juste d'empêcher Bella de souffrir », ou « Lucie mourra paisiblement ». Rassurez votre enfant en lui disant que son animal sera calme et qu'il ne ressentira plus de douleur grâce aux médicaments qu'il recevra.

LA MORT SOUDAINE

Si la mort d'un animal de compagnie est inattendue ou résulte d'un accident, expliquez calmement à votre enfant ce qui est survenu. Laissez ses questions guider la quantité d'informations que vous lui communiquez. Par exemple, vous pourriez dire : « Tango est mort ce matin et il ne reviendra plus. Je suis très triste et c'est normal que tu te sentes triste aussi. »

AIDER SON ENFANT À FAIRE SON DEUIL

Certains enfants peuvent se sentir coupables d'avoir été méchants ou de ne pas avoir pris soin de leur animal de compagnie. Ils peuvent également se sentir en colère parce qu'il était impossible de guérir leur animal. Voici quelques conseils pour les aider à surmonter leurs émotions :



- **Soyez présents, soyez patients, écoutez attentivement lorsque votre enfant partage ses sentiments**, et réconfortez-le avec beaucoup de câlins et de caresses. Il se souviendra de votre compassion et de votre compréhension.

- **Rassurez-le en lui expliquant qu'il ne se sentira pas toujours comme ça.** Dites-lui qu'il n'est pas obligé de vous en parler tout de suite, mais que vous serez toujours là quand il aura envie de partager.
- **Utilisez des ressources adaptées** à l'âge de votre enfant, comme des livres et des vidéos qui abordent le thème de la mort dans un langage qu'il comprendra. Les enfants peuvent également exprimer leurs sentiments en coloriant, en dessinant ou en faisant du bricolage pour honorer leur animal de compagnie adoré. Des pages à colorier sont incluses à la fin du présent feuillet (pages 6 à 9). Cliquez [ici](#) pour visiter le site web de **Euthabag®** afin de trouver des suggestions de livres sur le deuil animalier pour enfants et adultes.
- **Maintenez la routine normale de votre enfant.** Vous pourriez être tenté de permettre à votre enfant de manquer quelques leçons de musique ou une journée d'activités avec ses amis parce qu'il se sent triste. Cependant, cette décision pourrait être dommageable à long terme si votre enfant s'habitue à se replier sur lui-même et à sacrifier ses activités préférées lorsqu'il a de la peine.
- **Surveillez votre enfant de près** et soyez attentif aux signes qui indiquent qu'il pourrait avoir de la difficulté à surmonter son deuil, notamment s'il est triste pendant des semaines, souffre d'insomnie, ne participe pas aux activités qu'il aimait auparavant ou vit des problèmes à l'école. Une option pour un enfant qui a du mal à accepter un décès pourrait être de lui offrir quelques séances avec un psychologue ou un consultant en deuil animalier.
- **Honorez l'animal de compagnie.** En organisant une cérémonie d'adieu pour célébrer la mémoire de l'animal, vous pouvez aider votre enfant à surmonter le poids de cette perte et à y trouver un sens. Il peut également souhaiter conserver un objet commémoratif ou créer un album de souvenirs de son animal adoré. Vous pouvez même proposer à votre enfant de faire du bénévolat dans un refuge pour animaux. C'est une façon positive et constructive de rendre hommage à son animal de compagnie en prenant soin d'animaux dans le besoin.
- **Faites participer votre enfant.** Vous pouvez lui demander d'écrire une lettre ou de préparer un dessin pour accompagner son animal de compagnie. Il peut également dessiner sur une housse mortuaire adaptée, telle qu'**Euthabag®**.



Quelle que soit votre décision, l'enfant doit pouvoir se souvenir de son animal de la façon qui le reconforte le plus. C'est ce qui l'aidera à surmonter sa peine d'une manière positive et significative. C'est ce qui l'aidera à surmonter sa peine d'une manière positive et signifiante. Le fait de parler fréquemment de votre animal de compagnie avec amour est sans doute l'un des meilleurs moyens pour votre enfant de garder vivant le souvenir de son complice. Partagez les histoires drôles de moments passés avec votre animal de compagnie et demandez à votre enfant de vous raconter ses souvenirs préférés.

En résumé, rassurez votre enfant en lui disant que si la douleur de perdre son animal finit par s'estomper, ses souvenirs heureux sont là pour toujours.

TU RESTERAS TOUJOURS DANS MON CŒUR PARCE QUE...



TU RESTERAS TOUJOURS DANS MON CŒUR PARCE QUE...



TU RESTERAS TOUJOURS DANS MON CŒUR PARCE QUE...



Dessine ce que tu ressens lorsque tu penses
à ton animal de compagnie.

JE PENSE À TOI...



Dessine ce que tu ressens lorsque tu penses
à ton animal de compagnie.

JE PENSE À TOI...

