

TASSADIT CHERFAOUI, CONSULTANTE EN DÉVELOPPEMENT DES ORGANISATIONS ET DU CAPITAL HUMAIN, PSYCHOLOGUE CLINICIENNE ET PSYCHOTHÉRAPEUTE, AU SOIRMAGAZINE :

«Ne jamais tenter de remplacer une mère décédée»



Photos : DR

Consultante en développement des organisations et du capital humain, psychologue clinicienne, psychothérapeute, coach humaniste, praticienne en programmation neurolinguistique, en hypnose éricksonienne et en méditation, Tassadit Cherfaoui explique, à travers cet entretien, les étapes à suivre pour aider l'épanouissement d'un enfant suite au décès de sa maman. De même, elle donne des conseils à suivre pour la future marâtre afin de réussir à construire une ambiance familiale.

Soirmagazine : Le décès d'un parent proche est, sans contexte, dur, et quand il s'agit d'une maman, c'est terrible. Comment réussir à faire son deuil ?

Tassadit Cherfaoui : Parler de la mort ou de son chagrin est presque tabou. D'ailleurs, il suffit juste de prononcer le mot et voir les réactions autour de nous. Le deuil est un processus naturel qui se met en place automatiquement après la perte de quelqu'un. Plus l'attachement est fort, plus le travail de deuil devient compliqué.

Maman me met au monde, me donne la vie et le sens pour exister. Perdre sa maman s'est perdre la vie et le sens. Comment réussir à vivre sans le substitut à la vie ? Comment accepter la mort de la vie ?

Je suis d'accord, elle est assez complexe cette relation qu'on a avec cette créature. Le travail du deuil repose sur la capacité de remplacer l'objet perdu (mort) par la vie, donc s'investir plus et pouvoir faire un nouveau lien avec celui qu'on a perdu.

Je rappelle aussi un proverbe algérien que je traduit : «L'orphelin est celui qui perd sa maman.»

Le chagrin est-il le même pour tout âge ?

Le chagrin n'est pas le même pour tout le monde, chacun le vit en fonction de son degré d'attachement avec la personne disparue.

Le processus est naturel, il peut être interrompu ou prendre son temps sans dépasser les étapes suivantes (l'ordre peut changer) :

Le déni : Je refuse l'idée que maman ne fait plus partie de ce monde, qu'elle n'est pas morte tout simplement.

La colère : Le sentiment d'injustice — «pourquoi moi ?» — se manifeste par le cri, les pleurs, je suis en rage... La vie est injuste et peut-être Dieu aussi !

Le marchandage : Si elle revient, je serai différent, je veux une dernière chance. Et si...

La dépression : Plus rien ne m'intéresse dans cette vie, je préfère la suivre, je suis perdu, je suis mort.

L'acceptation : Finalement je

prends conscience que je suis toujours là et que la vie est ainsi faite.

Bien entendu, le chagrin est plus complexe au stade fusionnel (avant 2 à 3 ans) où la séparation de la mère (même vivante) engendre des traumatismes lourds liés à l'attachement et, par conséquent, des troubles graves de la personnalité.

Lorsque le père décide de se remarier, surtout lorsqu'il a des enfants en bas âge, il se dit que c'est pour leur donner de l'affection. Peut-on remplacer une maman qui est décédée ?

Impossible. Il ne faut surtout pas tenter de remplacer une mère décédée, même si l'intention est bonne ! L'enfant a été conçu dans un seul ventre, pas deux ! La règle s'applique, aussi, pour les enfants adoptés.

Au moment opportun, expliquer à l'enfant que maman n'est plus là, expliquer que la mort fait partie de la vie (pas facile comme situation, je sais !) et que la nouvelle est la femme à papa et non pas la remplaçante (!)

Oui, elle peut être affectueuse et bienveillante, sans chercher à prendre la place de quelqu'un d'autre. Aussi, créer sa propre place et être auteur de sa propre vie, c'est ainsi qu'elle construit une nouvelle famille et permet à son équilibre et celui de la famille de s'installer.

Comment les enfants accusent-ils le coup ?

Les faire participer à la cérémonie du décès est une étape importante pour matérialiser le deuil, voire le corps, la tombe, livrer les dernières paroles..., entourer les enfants par les membres de la famille, leur parler, les écouter et surtout les laisser manifester leur colère pour qu'ils puissent aller au bout du travail de deuil.

L'enfant est mieux dans une famille équilibrée et pour ce faire, papa a besoin de se mettre avec quelqu'un d'autre, il a besoin de retrouver l'amour pour pouvoir le donner à ses enfants car c'est à lui de recréer les liens d'attachement et sécuriser et non pas sa nouvelle compagne.

Seront-ils épanouis comme les autres ?

Bien sûr que non ! Les enfants qui

Par Sarah Raymouche

évoluent sans mère grandissent toujours mal. Une fois adultes, ils rencontrent énormément de difficultés d'adaptation, d'échec, de rupture et reproduisent les mêmes chaînes de souffrance que leurs parents. Ce sont des enfants insécures qui manquent d'amour et, au retour, ne peuvent ni s'aimer eux-mêmes ni le donner.

Et plus, plus l'enfant est jeune, plus les troubles sont conséquents.

La nouvelle maman arrive-t-elle à combler le vide ?

Permettez-moi de reformuler par : la nouvelle compagne... car la nouvelle maman n'existe pas ! Et la réponse est un grand NON.

Par contre, son rôle est important dans l'équilibre de la famille, elle joue son rôle naturel avec bienveillance. Apprendre aux enfants à l'appeler par son prénom, ou tata, surtout pas «maman» !

Idem pour l'appellation qu'on donne aux puéricultrices dans les centres sociaux des orphelins «maman(s)» et une fois les enfants sont adoptés et placés dans des familles d'accueil, ils auront encore d'autres mamans... !

Comment arriver à nouer un lien solide ? Cela passe-t-il par des étapes ?

Par la bienveillance et l'acceptation que l'enfant n'est pas le leur mais qu'elles doivent veiller sur sa sécurité et établir des liens de confiance, d'empathie et d'écoute. Garder à l'esprit que ces enfants ont bien une mère même si elle n'est pas parmi eux. Sans qu'elle s'efface complètement et se prive de son nouveau rôle de compagne. Au contraire, son autorité bienveillante doit s'installer naturellement pour fonder à nouveau une famille.

Et comment accueillir le nouvel enfant né de cette union ?

C'est une bonne nouvelle, l'arrivée d'un enfant permet à l'équilibre familial de s'installer progressivement et à la famille de se recomposer. Bien entendu, il faut juste préparer les autres frères et sœurs en laissant l'espace à chacun de s'épanouir. Comme la nature fait bien les choses, la vie remplace toujours la mort... ■

