

TOUSSAINT

# Aider les parents après la perte d'un bébé

Perdre un enfant dans les premiers temps de sa vie, au cours de la grossesse, à la naissance ou dans la petite enfance est une épreuve très difficile à surmonter pour les parents. L'association Nos tout-petits d'Alsace les aide dans ce deuil.

« La perte d'un bébé, quel que soit le stade de la grossesse, d'un nourrisson dans les premiers mois de sa vie ou d'un jeune enfant, semble tout simplement impossible à accepter. » Il y a quelques jours, une stèle à la mémoire de ces enfants a été inaugurée au cimetière Nord de Mulhouse par l'association Nos tout-petits d'Alsace. Une occasion pour le vice-président de cette association, Olivier Rasser, de parler de la douleur des parents mais aussi des réactions de leurs proches qui considèrent trop souvent la mort d'un enfant comme un tabou.

Olivier Rasser a découvert l'association Nos tout-petits d'Alsace en tant que parent. « Nous avons perdu notre fille quand elle avait 20 mois, à la suite d'une maladie métabolique. Nous sommes d'abord allés dans un groupe de parole. » De tels groupes permettant aux familles de se sentir moins seules. « On se demande pourquoi nous ? Pourquoi cette injustice ? Les mots que l'on partage sont parfois très graves, très durs. Ce sont des choses qu'on ne dit pas aux proches. »



Olivier Rasser, vice-président de l'association Nos tout-petits d'Alsace, explique comment aider les parents endeuillés. Photo L'Alsace

Pendant que la vie continue, « comme si de rien n'était », ces rencontres permettent aux parents de déposer leur fardeau. « On se sent plus léger. Le deuil d'un tout-petit est tabou. On n'en parle pas mais on en souffre tout autant. Il faut aussi savoir que le deuil n'a pas de temps ; pas de début ou de fin. Certains viennent dix ans après le décès de leur enfant parce qu'ils n'ont pas eu le cheminement qui était nécessaire. »

**« Les parents ont souvent beaucoup de colère »**

Les groupes de parole proposés par l'association peuvent être ouverts ou fermés. Dans ce dernier cas, quand un groupe est constitué, les parents peuvent évoluer ensemble. Lorsqu'un groupe est ouvert, de nouveaux parents arrivent régulièrement. « Et pour certains, il est difficile de ressasser son histoire. Mais d'autres apprécient de voir les autres pour voir aussi l'avancement de leur deuil », poursuit Olivier Rasser.

Au bout de quelques années, celui-ci a voulu s'investir davan-



La stèle à la mémoire des tout-petits a été inaugurée au cimetière Nord de Mulhouse. Pour les parents dont l'enfant n'a pas de sépulture, ce monument est un lieu de recueillement.

Photos L'Alsace/Jean-François Frey

tage dans l'association. « On a besoin d'en faire quelque chose de cette perte. Et ça peut nous amener vers l'aide des autres ou le témoignage devant les professionnels de l'hôpital. À chaque fois, c'est magique », explique-t-il. « La médecine met le sentiment de côté. Mais il est important de gérer aussi les émotions. Les parents ont souvent beaucoup de colère. Ils ont besoin que des gens les guident. Même si ça peut être parfois brutal. »

**« Un mot bienveillant et sans jugement suffit »**

Parmi les épreuves que des pa-

rents qui ont perdu un tout-petit doivent affronter se trouvent les réactions des proches, qu'il est souvent très difficile de supporter. « Les connaissances peuvent prendre peur et ne pas savoir comment réagir devant une telle souffrance. Ils se disent que pour ne pas peiner les parents, ils vont faire comme si rien ne s'était passé. » Ce qui, selon le vice-président de Nos tout-petits d'Alsace, n'est pas la meilleure solution.

« Un mot bienveillant et sans jugement suffit. Il faut surtout éviter les conseils. Le pire est de dire des choses comme : oublie et avance maintenant. Ou toutes les phrases qui commencent par "tu devrais" ou "il faut

que". C'est perçu comme une agression. Certains vont jusqu'à dire : "Ça arrive à tout le monde de perdre un gosse !". Il y a du déni et de la peur. »

Selon Olivier Rasser, le deuil du nourrisson était pris en compte depuis l'Antiquité. Mais cet accompagnement s'est perdu quand « la médecine est devenue toute-puissante ».

Depuis dix ans, le vice-président de Nos tout-petits d'Alsace a tout de même l'impression que la mentalité évolue. Son association est également là pour conseiller ceux qui veulent savoir comment mieux réagir lorsqu'un proche est confronté à un tel deuil. « On peut demander simplement : comment tu te

sens et dire aussi si on se sent mal soi-même. On peut proposer son aide ou apporter juste sa présence. Il n'y a pas forcément besoin de faire quelque chose. Le soutien peut suffire. Ce qui est primordial, c'est l'empathie. Il faut parfois juste écouter et demander comment aider. »

Isabelle LAINÉ

**SE RENSEIGNER** L'association Nos tout-petits d'Alsace organise des groupes de soutien à Strasbourg, Mulhouse, Colmar et Sarrebourg. Contact : 06.29.53.04.20 [nostoutpetitsdalsace@gmail.com](mailto:nostoutpetitsdalsace@gmail.com) [nostoutpetitsdalsace.org](http://nostoutpetitsdalsace.org)