

## A Guide to Help Understand & Support Grieving Children

### *General Guidelines*

1. Try and maintain the daily schedule and routines where possible
2. Schools should be informed so they can be attentive and supportive; teachers and counsellors should be made aware
3. Children often grieve in small doses (i.e., short period of intense grief)
4. Children may revisit their grief periodically over the lifespan: this is normal and healthy
5. Remember the **four C's** when speaking with the child: (1) Someone will be there to **Care** for them after the death; (2) the disease is not **Contagious**; (3) they did not **Cause** the illness; (4) you can call it **Cancer**
6. Part of supporting a child may include professional support for the struggling parent/caregiver

### *Birth to 2 Years*

Characteristics of Age	Child's Understanding of Death and Response	How to provide support
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Require physical and emotional closeness</li> <li>• Require a consistent caregiver</li> <li>• Will remember the face of a caregiver when absent</li> <li>• Caregivers are sources of enjoyable feelings</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Will react to distress (e.g., someone else crying)</li> <li>• May see death as reversible and not permanent</li> <li>• Will experience the emotion(s) of grief</li> <li>• May scream, panic, or withdraw</li> <li>• May lose interest in playing, eating, or other activities</li> <li>• Will react to the distress of others (hyperactive, withdrawn, clinging behaviour)</li> <li>• Has little control over his/her responses</li> <li>• May regress to earlier forms of behaviour (e.g., waking up more at night)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Provide lots of nurturance and comfort</li> <li>• Progressively detach child from the dying family member so that the separation at the moment of death is not sudden and shocking</li> <li>• Try to avoid prolonged separation from family caregivers</li> <li>• Provide continual physical and emotional comfort</li> <li>• The child may need information to be repeated</li> <li>• Validate sadness that the loved one will not return</li> </ul>

### *2 to 5 Years*

Characteristics of Age	Child's Understanding of Death and Response	How to provide support
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Largely preoccupied with their inner world</li> <li>• Do not understand the principle of cause and effect</li> <li>• Attribute life to inanimate objects (e.g., stuffed animals)</li> <li>• Feelings are largely communicated through his/her behaviour</li> <li>• Can remember past experiences</li> <li>• Start to understand the difference between right</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Child may equate death with sleep and believe the person may wake up</li> <li>• Tend to believe in magical causes of events</li> <li>• May refer to death as portrayed on television or movies</li> <li>• Are curious and will have many questions</li> <li>• Will be more clingy</li> <li>• May regress to earlier forms of behaviour (e.g., bedwetting)</li> <li>• Can become aggressive</li> <li>• Worry who will take care of them following the death</li> <li>• Fear that the surviving parent will</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Refer to other experience of death they may have witnessed (e.g., death of a pet)</li> <li>• Gently remind the child that the deceased will not return</li> <li>• Give clear and simple information about the illness, dying, death, funeral, etc.</li> <li>• Include the child in the funeral if they choose</li> <li>• Encourage expression of emotions (e.g., drawing)</li> <li>• Encourage questions</li> </ul>

and wrong	also die soon	
-----------	---------------	--

### ***5 to 9 Years***

<b>Characteristics of Age</b>	<b>Child’s Understanding of Death and Response</b>	<b>How to provide support</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Objects that move are seen to be alive</li> <li>• Interprets language literally</li> <li>• Begin to understand cause and effect relationships</li> <li>• May fear the dark</li> <li>• Increasing control of emotional expression</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• May see death as a ghost, a vampire, the boogeyman, etc.</li> <li>• Curious about the biological aspects of death (e.g., the body stops working)</li> <li>• Begin to see death as irreversible</li> <li>• Death may be viewed as a punishment</li> <li>• May have problems concentrating on everyday tasks</li> <li>• May try to hide their feelings</li> <li>• May play and grieve simultaneously</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Give clear, simple, and concrete information</li> <li>• Avoid abstract concepts like “she is passing away”: The child will not understand.</li> <li>• You can use the words “death and dying;” it will not traumatize a child</li> <li>• Provide opportunities for the child to share their feelings</li> <li>• Decrease guilt by providing the facts of what is happening</li> <li>• Include the child in the funeral if they choose</li> <li>• Encourage breaks from grief (e.g., drawing, writing, scrapbooking etc.)</li> </ul>

### ***10 Years through Adolescence***

<b>Characteristics of Age</b>	<b>Child’s Understanding of Death and Response</b>	<b>How to provide support</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Begin to develop a sense of identity outside the home</li> <li>• Tend to more strongly identify with their peers than their family, though family remains very important</li> <li>• Can articulate their feelings using abstract terms and sophisticated vocabulary</li> <li>• Understand the life cycle (birth, ageing, death)</li> <li>• Tend to be pre-occupied with themselves and their own world (e.g., their friends)</li> <li>• With time, children will have more difficulty making eye contact when discussing difficult topics</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Have an adult understanding of death: Death is final, irreversible, universal, and has a cause</li> <li>• May have a heightened sense of their own mortality</li> <li>• May express fear about the future</li> <li>• May have strong emotional responses</li> <li>• May express their psychological distress in physical symptoms (e.g., indigestion, headaches, nightmares)</li> <li>• May fear contracting the illness of the dying person</li> <li>• May withdraw and become distant</li> <li>• May have difficulty at school</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Present clear information</li> <li>• Afford opportunities for the adolescent to ask questions and express themselves</li> <li>• Talking can be as powerful a support as non-verbal activities (e.g., sports)</li> <li>• Create ways for the adolescent to remember the loved one in the future</li> <li>• Dispel fears (e.g., that others in their entourage will die)</li> <li>• Adolescents are strongly influenced by role models: parents can model strength and resilience. It is also appropriate to share vulnerability at times (e.g., crying with an adolescent)</li> </ul>

**Document Prepared by:**

C.MacKinnon, Psychologist; D.Synkarski, Social Worker; J. de Montigny, Psychologist; J. DiMillo, PSO Intern

**Adapted from**

American Association of Colleges of Nursing (2007). *ELNEC Pediatric Palliative Care. Module 9: Loss Grief and Bereavement.* Supplemental Teaching Material.

Cruchet, D. & Proulx, M. (2013, March). *How children’s perception of death develops.* Neuro-Palliative Interdisciplinary Rounds, MUHC, Montreal, QC.

Fine, P. (Ed.) (1998). *Processes to optimize care during the last phase of life.* Scottsdale, AZ: Vista Care Hospice Inc.

## Un guide pour aider à comprendre et supporter un enfant en deuil

### *Directives générales*

1. Si possible, maintenir l'horaire quotidien et la routine de l'enfant
2. Les écoles devraient être informées afin d'être à l'écoute et offrir du soutien, les professeurs et les intervenants devraient être mis au courant
3. Les enfants ont souvent de la peine en petites quantités (i.e. périodes courtes de pleurs intenses)
4. Les enfants peuvent revivre leur peine à tout moment durant leur vie, ceci est normal et sain
5. Quand vous parlez aux enfants, rappelez-vous des **3 C** (1) Vous pouvez appeler la maladie **Cancer** sans traumatiser les enfants ; (2) Leur rappeler que la maladie n'est pas **Contagieuse**; (3) Leur rappeler qu'ils n'ont pas **Causé** la maladie
6. Rappeler aux enfants que quelqu'un sera toujours là pour prendre soin d'eux
7. Une partie du support aux enfants peut inclure le soutien professionnel des parents/personnes aidantes en difficulté

### *Naissance à 2 ans*

Caractéristiques de l'âge	Compréhension de la mort chez l'enfant et réactions	Comment donner du soutien
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Demande une proximité physique et émotionnelle</li> <li>• Demande une constance dans la personne aidante qui s'occupe de l'enfant</li> <li>• Se souviendra du visage d'une personne aidante en cas d'absence</li> <li>• Les personnes aidantes sont des sources de sensations agréables</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il n'a aucune notion de ce que la mort veut dire</li> <li>• Il va mal réagir à la détresse de quelqu'un (ex : quelqu'un qui pleure)</li> <li>• Peut voir la mort comme réversible et non permanente</li> <li>• Connaîtra l'émotion du chagrin</li> <li>• Pourra crier, manifester de la panique, ou s'isoler</li> <li>• Pourra perdre tout intérêt à jouer, manger, ou à faire d'autres activités</li> <li>• Va réagir à la détresse d'autrui (hyperactivité, isolement, va s'accrocher continuellement à une personne aidante)</li> <li>• Peut régresser à des formes antérieures de comportement (par exemple, se réveiller la nuit)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Donner beaucoup d'affection et de réconfort</li> <li>• Séparer graduellement l'enfant de la personne mourante pour éviter que la séparation au moment du décès provoque un choc et soit trop soudaine</li> <li>• Essayez d'éviter une séparation prolongée des aidants familiaux</li> <li>• Fournir un confort physique et émotionnel continu</li> <li>• L'enfant peut avoir besoin que l'on répète les informations</li> <li>• Valider la tristesse face au fait que l'être aimé ne reviendra pas</li> </ul>

## 2 à 5 ans

Caractéristiques de l'âge	Réponse de l'enfant à la mort et réactions	Comment donner du soutien
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grandement préoccupé par son monde intérieur (égocentrique)</li> <li>• Ne comprend pas le principe de cause à effet</li> <li>• Peut attribuer de la vie à des objets inanimés (exemple: les animaux en peluche)</li> <li>• Les sentiments sont souvent communiqués par son comportement</li> <li>• Peut se souvenir des expériences passées</li> <li>• Commence à comprendre la différence entre le bien et le mal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Associe la mort avec le sommeil et croit que la personne peut se réveiller</li> <li>• A tendance à croire que les événements ont des causes surnaturelles</li> <li>• Peut se référer à la mort comme présentée à la télévision ou dans les films</li> <li>• Est curieux et a beaucoup de questions</li> <li>• Comportement de s'accrocher aux gens</li> <li>• Peut régresser à des formes antérieures de comportement (exemple : faire pipi au lit)</li> <li>• Peut devenir agressif</li> <li>• Inquiétude de qui prendra soin de lui après la mort</li> <li>• A peur que le parent survivant meurt aussi bientôt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• On peut se référer à d'autres expériences avec la mort qu'il a vécu (exemple : un animal mort)</li> <li>• Rappeler doucement à l'enfant que le défunt ne reviendra pas</li> <li>• Donner des informations claires et simples sur la maladie, la mort, le deuil, l'enterrement, etc</li> <li>• Faire participer l'enfant aux funérailles s'il le désire</li> <li>• Favoriser l'expression des émotions ( exemple : avec un dessin)</li> <li>• Encourager les questions</li> </ul>

## 5 à 9 ans

Caractéristiques de l'âge	Réponse de l'enfant à la mort et réactions	Comment donner du soutien
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les objets qui sont mobiles sont considérés comme vivants ( exemples : jouet ou peluche avec piles)</li> <li>• Interprète le langage au sens littéraire, mot pour mot (exemple : je meurs de fatigue)</li> <li>• Commence à comprendre les relations de cause à effet</li> <li>• Peut craindre l'obscurité</li> <li>• A plus de contrôle sur l'expression de ses émotions</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Personnifie la personne décédée (exemples : un fantôme, un vampire, le bonhomme sept heure.)</li> <li>• Curieux sur les aspects biologiques de la mort (par exemple, le corps cesse de fonctionner)</li> <li>• Commence à voir la mort comme irréversible</li> <li>• La mort peut être considérée comme une punition</li> <li>• Peut avoir des problèmes à se concentrer sur les tâches quotidiennes</li> <li>• Peut essayer de cacher ses sentiments</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Donner de l'information claire, simple et concrète</li> <li>• Évitez les concepts abstraits comme «elle est en train de partir »</li> <li>• Vous pouvez utiliser les mots « mort et mourant », cela ne traumatise pas l'enfant</li> <li>• Offrir à l'enfant des occasions pour partager ses sentiments</li> <li>• Diminuer la culpabilité en expliquant les faits sur ce qui se passe</li> <li>• Inclure l'enfant aux funérailles s'il le désire</li> <li>• Encouragez des pauses entre les pleurs (exemples : dessiner, écrire, faire du bricolage)</li> </ul>

### 10 ans à l'adolescence

Caractéristiques de l'âge	Réponse de l'enfant à la mort et réactions	Comment donner du soutien
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Commence à développer un sentiment d'identité en dehors de la maison</li> <li>• Tendance à s'identifier plus étroitement avec ses pairs plutôt qu'avec sa famille, même si la famille reste très importante</li> <li>• Peut exprimer ses sentiments en utilisant des termes abstraits et un vocabulaire sophistiqué</li> <li>• Comprend le cycle de vie (naissance, vieillissement, mort)</li> <li>• A tendance à être centré sur lui-même et son propre monde (exemple : ses amis)</li> <li>• Avec le temps, l'enfant peut avoir plus de difficulté à établir un contact visuel quand il parle de sujets difficiles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A une compréhension adulte de la mort</li> <li>• Peut avoir plus conscience de sa propre mortalité</li> <li>• Peut exprimer des peurs face à l'avenir</li> <li>• Peut avoir de fortes réactions émotionnelles</li> <li>• Peut exprimer sa détresse psychologique par des symptômes physiques (exemples : indigestion, maux de tête, cauchemars)</li> <li>• Peut avoir peur de contracter la maladie de la personne mourante</li> <li>• Peut s'isoler et devenir distant</li> <li>• Peut avoir des difficultés à l'école</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Présenter des informations claires</li> <li>• Offrir à l'adolescent des occasions pour poser des questions et s'exprimer</li> <li>• Parler peut être un puissant soutien tout comme des activités physiques non-verbales (exemple : les sports)</li> <li>• Créer des moyens pour que l'adolescent se rappelle de l'être aimé dans le futur</li> <li>• Dissiper les craintes (exemple : que d'autres personnes de leur entourage vont mourir)</li> <li>• Les adolescents sont fortement influencés par des personnes modèles: Les parents peuvent démontrer de la force et de la résilience. Il est également convenable de partager de la vulnérabilité à certains moments (exemple : pleurer avec un adolescent)</li> </ul>

**Preparer par:** C.MacKinnon, Psychologue; D.Synkarski, Travailleuse sociale; J. de Montigny, Psychologue; D. Lebeau, Assistante infirmière-chef; J. DiMillo, Stagiaire en psychologie

#### Bibliographie

- American Association of Colleges of Nursing (2007). *ELNEC Pediatric Palliative Care. Module 9: Loss Grief and Bereavement*. Supplemental Teaching Material.
- Cruchet, D. & Proulx, M. (2013, March). *How children's perception of death develops*. Neuro-Palliative Interdisciplinary Rounds, MUHC, Montreal, QC.
- Fine, P. (Ed.) (1998). *Processes to optimize care during the last phase of life*. Scottsdale, AZ: Vista Care Hospice Inc.