

## Lorsqu'un parent décède

### Point de vue d'un adulte

Les adultes apprennent qu'il existe des formes « convenables » et « acceptables » de vivre son deuil. Bien que les peurs et les inquiétudes qu'occasionne le décès d'un parent d'une personne adulte différent de celles d'un enfant, la douleur n'en est pas moins intense. La plupart des adultes savent que leur sécurité physique ne dépend plus de leurs parents, mais les liens émotionnels qui les unissent sont encore très forts. De plus, l'adulte peut être davantage reconnaissant du rôle joué par le parent dans sa vie et des sacrifices que ce dernier a fait pour l'élever.

Étant donné que la plupart des adultes mènent leur vie en faisant preuve d'une certaine indépendance à l'égard de leurs parents, le chagrin ne revêt pas le même sens. Les adultes ne se demandent peut-être pas qui prendra soin d'eux, mais le décès d'un parent peut, par contre, soulever des préoccupations plus introspectives. Les adultes peuvent pleurer suite au décès de leur parent comme ils pleuraient le passage du temps. Ils peuvent avoir le sentiment qu'ils ont perdu leurs racines, qu'un lien important avec le passé est maintenant disparu. L'adulte peut s'interroger sur sa place dans la vie et s'apercevoir que la mort est inévitable. À mesure que les adultes vieillissent et apprécient leurs parents, ils perdent en plus un ami qui leur est très cher.

La personne peut être complètement silencieuse et dévasté face aux émotions et aux sentiments associés à la douleur ressentie à la perte d'un parent. Ceci est vrai même si, le plus souvent, la plupart des gens vivront dans une certaine mesure leur deuil à l'avance. Ce deuil traduit la capacité de pleurer l'*attente* du décès. Autrement dit, l'adulte se rend compte que ses parents ne vivront pas toujours. À mesure que ses parents prennent de l'âge et que les problèmes liés au vieillissement apparaissent, l'adulte commence à vivre son deuil petit à petit. Il importe de noter que, lorsque le décès survient, le choc et l'incrédulité sont aussi intenses que lorsque le décès est inattendu.

Les préoccupations de l'adulte peuvent tourner autour de la perte du parent en tant que lien qui unissait la famille. La famille de l'adulte doit faire en sorte de « garder la famille unie », un rôle si souvent attribué aux parents. Elle doit également être consciente des changements de rôle dans la structure familiale. Ces changements doivent être surveillés et appuyés, car cette transition est nécessaire au maintien de la stabilité de la famille. Si des petits-enfants sont touchés, il faut leur accorder une attention particulière et les inciter à faire part de leur deuil.

Bref, le décès d'un parent est difficile à vivre et exigeant. Les enfants et les adultes peuvent ressentir un deuil d'un type et d'une force qui peut différer; toutefois, les émotions et les sentiments qui accompagnent le décès se ressemblent beaucoup. Le deuil est un voyage long et ardu; il n'existe cependant aucune limite à la croissance et à la compréhension que peuvent en retirer l'enfant comme l'adulte.

« Un voyage de mille kilomètres...a commencé par un pas. » Mark T. Scrivani