

Ce dont les parents ont le plus besoin de la part de leur pasteur après une fausse couche

L'interruption de grossesse est plus qu'une "saison difficile". C'est un décès dans la famille.

ADRIEL BOOKER

Nous étions tous les quatre assis dans une cafétéria bondée, en train de rattraper notre retard sur la vie et le ministère lorsque le sujet s'est tourné vers les fausses couches et les fausses couches. Mon amie, pasteur de longue date avec une dévotion farouche envers Jésus et un soin pastoral chaleureux, a commencé à raconter l'histoire d'une parente qui a perdu son bébé avant sa naissance. "Beaucoup d'entre nous ne savaient pas quoi dire", a-t-elle avoué en pleurant, "et c'est pourquoi nous n'avons rien dit".

Mon ami n'est pas seul. Alors que la culture change et que les conversations publiques incluent de plus en plus des sujets auparavant tabous, de nombreux ministres se demandent comment mieux servir les membres de leurs congrégations qui recherchent du soutien après une fausse couche. Beaucoup admettent se sentir mal outillés pour aborder ce sujet sensible, historiquement considéré davantage comme une question de femmes que de famille.

Selon la [clinique Mayo](#), "entre 10 % et 20 % des grossesses connues se terminent par une fausse couche. Mais le nombre réel est probablement plus élevé car de nombreuses fausses couches surviennent au début de la grossesse". (Certains estiment que ce chiffre s'élève à un sur quatre.) Sur la base de ces statistiques, il ne fait aucun doute que cette tragédie a affecté votre communauté ecclésiale, que ce soit secrètement ou à la vue de tous.

Cela est également susceptible d'affecter la santé des mariages dans votre congrégation.

Selon une étude, les couples qui font une fausse couche sont 22 % plus susceptibles de se séparer que ceux qui n'en font pas. Une autre étude a révélé qu'un an après une fausse couche, 32 % des femmes se sentaient plus éloignées de leur mari sur le plan interpersonnel, tandis que 39 % se sentaient plus éloignées sexuellement.

["Beaucoup d'entre nous ne savaient pas quoi dire", a-t-elle avoué en pleurant, "et c'est pourquoi nous n'avons rien dit du tout".](#)

Même si une fausse couche peut être difficile pour un mariage, la recherche soutient également l'existence d'un lien direct entre la façon dont les couples se connectent après une fausse couche et la proximité dont ils jouissent, la douleur partagée culminant dans une plus grande intimité.

Quelle est la meilleure façon de prendre soin des couples (et pas seulement des femmes) qui ont fait une fausse couche et de leur garantir le soutien pratique et spirituel dont ils ont besoin pour surmonter leur deuil ? J'ai parlé à plusieurs mères, pères et leurs pasteurs pour savoir comment les soins pastoraux les ont aidés après une fausse couche. Vos réponses peuvent vous aider à établir un plan d'action.

1. Passez du temps avec les parents en deuil dès que possible.

La période qui suit immédiatement une fausse couche est cruciale pour les couples, car elle donne le ton à leur processus de deuil et de guérison. Une réponse rapide et précoce révèle que vous appréciez l'ampleur de ce que vivent ces parents. "Le jour où nous avons appris l'avortement, notre

pasteur est venu prier avec nous avant l'intervention de ma femme", m'a raconté un père. "Nous réalisons à quel point vous êtes occupé, donc cela signifiait beaucoup pour nous que vous preniez ce temps".

D'un autre côté, une réponse tardive est presque aussi préjudiciable qu'une absence de réponse. Une femme m'a dit : "Une semaine après mon avortement, mon pasteur m'a appelé pour nous dire qu'il voulait nous rendre visite à l'hôpital. J'ai fondu en larmes et je lui ai dit que j'étais sortie il y a une semaine. Je me sentais tellement négligée. Le cœur de ce pasteur était à la bonne place, mais son retard donnait involontairement l'impression que ce n'était pas important".

2. Reconnaissez l'importance de la vie de votre bébé.

Étant donné que la fausse couche semble souvent abstraite aux personnes qui ne sont pas directement touchées, le couple peut avoir besoin d'une confirmation supplémentaire que sa perte est importante et que son chagrin est normal. Les inviter à faire le deuil ou à reconnaître la vie de leur bébé par un acte de souvenir peut être un cadeau puissant pour un couple en deuil. Comme me l'a dit un parent : "Un ancien de l'église nous a apporté des fleurs pour les funérailles après notre avortement. Reconnaître qu'il ne s'agissait pas seulement d'une "perte", mais d'un décès, était profondément digne.

3. Occupez-vous de la mère et du père.

Les normes culturelles autour de la masculinité peuvent être particulièrement dures pour les hommes après une fausse couche. Bien que le deuil affecte les deux parents, les parents en particulier peuvent avoir besoin de sentir qu'ils ont le droit d'explorer leurs sentiments ou de faire connaître leur douleur. Voici un exemple de la façon de bien faire les choses, selon une mère à qui j'ai parlé : "Notre pasteur a pris mon mari à part après l'église, lui a demandé comment il s'en sortait et lui a dit que personne ne souffrait". De même, même pas un mari et une femme. Mon mari m'a dit plus tard que c'était la chose la plus utile que l'on ait faite pour lui après notre perte.

4. Encouragez-les à être honnêtes à propos de leurs émotions.

Invitez les parents à être honnêtes sur la façon dont leur perte les affecte et donnez-leur du temps pour partager. Si vous le jugez bon, cela peut aussi être le bon moment pour mentionner votre propre avortement. "J'avais l'impression que je devais garder mes sentiments pour moi pour être une chrétienne 'forte'", explique une femme. "Mais mon pasteur m'a encouragé à être honnête avec ma douleur. Il m'a dit que lui et sa femme avaient également avorté, ce qui m'a aidée à réaliser que l'avortement n'était pas le reflet de ma vie spirituelle". Si vous n'avez pas connu de fausse couche, il est utile de mettre en contact les parents en deuil avec quelqu'un d'autre dans l'Église qui en a fait.

5. Encouragez-les à être honnêtes à propos de leur mariage.

Parlez-leur de la façon dont une fausse couche peut rapprocher un mariage ou les isoler les uns des autres car ils vivent leur deuil différemment. Cela peut vous paraître évident, mais les couples sont souvent surpris de voir à quel point le chagrin affecte leur relation. "Nous avons été stupéfaits lorsque notre pasteur nous a dit qu'il était normal qu'un mariage soit tendu après une perte", a déclaré un

parent”. Le simple fait d'en être conscient nous a incités à prendre délibérément soin de notre relation, même si nous étions encore en deuil”.

Encouragez les couples à utiliser une communication honnête et délibérée. Demandez-leur de découvrir ce que ressent l'autre personne et d'être proactif quant aux moyens d'honorer son conjoint dans son processus de deuil.

6. Acceptez les questions difficiles.

Une fausse couche peut être le catalyseur de profondes questions existentielles et théologiques. Bien que ce ne soit pas votre responsabilité de démêler cette confusion, vous pouvez contribuer à assurer au couple la présence de Dieu et sa volonté de répondre à leurs questions. Une mère à qui j'ai parlé a décrit son pasteur comme une bouée de sauvetage lorsque sa fausse couche l'a amenée à remettre en question sa foi. "Mon pasteur nous a envoyé un email exprimant ses condoléances, et nous a également dit que notre avortement pourrait soulever des questions importantes", a-t-elle expliqué. "Il nous a exhorté à ne pas être gênés si cela se produisait et a proposé de s'asseoir avec nous lorsque nous serions prêts, nous assurant qu'il ne nous jugerait pas pour quoi que ce soit que nous soulevions. Je ne savais pas alors à quel point cette invitation serait importante lorsque ma foi a commencé à s'effondrer.

7. Priez pour eux et avec eux.

Lorsque vous priez pour un couple après une fausse couche, faites-le d'une manière qui démontre à la fois des lamentations et de l'espoir, tout en demandant à Dieu de prendre soin d'eux. Réfléchissez aux moyens de rendre votre prière plus tangible pour ceux à qui vous vous adressez. Au lieu d'envoyer une carte typique "Je suis désolé", écrivez votre prière pour qu'ils la lisent et prient autant de fois que nécessaire. La spécificité est la clé. « Même si notre pasteur était en voyage lorsque nous avons avorté », raconte une mère, "il nous a envoyé un e-mail pour nous faire savoir qu'il priait pour nous. Nous avons vraiment apprécié qu'il ne se contente pas de dire qu'il priait pour nous, mais qu'il prie pour nous a spécifiquement partagé ce qu'il a dit. Il priait pour nous.

8. Fournissez-leur une ressource pratique.

Invitez les parents au groupe de soutien au deuil de votre église, mettez-les en contact avec d'autres parents ayant vécu des expériences similaires, dirigez-les vers une communauté de soutien en ligne, fournissez-leur le lien vers un ministère en matière de perte de grossesse, donnez-leur un livre chrétien sur la fausse couche ou orientez-les vers leur section locale, centre de ressources sur la grossesse. Préparez votre bureau avec ces numéros de téléphone, liens ou documents imprimés à l'avance afin qu'immédiatement après la perte, vous puissiez consacrer votre temps à la prière, à la présence et au conseil au lieu de la recherche.

9. Rassemblez d'autres personnes pour un soutien tangible.

Pendant que vous encouragez le couple à trouver du réconfort en Jésus, assurez-vous qu'il puisse également expérimenter le confort de votre corps. Votre soutien est important, mais les parents en deuil doivent savoir que leurs amis et la famille de l'église se soucient d'eux, et pas seulement des

membres de l'équipe. "Le jour de mon avortement, j'ai appelé mon pasteur et il a prié avec moi au téléphone", raconte une mère. "Cette nuit-là, un couple de l'église s'est présenté à l'hôpital. Cela signifiait tellement pour nous que notre pasteur les ait envoyés".

Il peut être utile de considérer cette situation en termes d'accouchement et d'expérience simultanée de la mort. La plupart des choses qui seraient utiles à une mère ou à une famille en post-partum, combinées à ce que vous feriez pour une famille en deuil, les apporteront profondément. (Si vous souhaitez une fiche de conseils à envoyer aux paroissiens, vous pouvez la trouver ici.)

10. Référez-les à un professionnel si nécessaire.

Une étude récente a montré que 40 % des femmes peuvent ressentir des symptômes de SSPT après une fausse couche. Il est donc impératif que nous prenions le deuil au sérieux et que nous orientions les couples vers une thérapie professionnelle si nécessaire.

11. Se souvenir de votre perte au fil du temps.

S'engager pour le bien-être des parents en deuil peut être aussi simple que de mettre un rappel sur votre calendrier pour les contacter la semaine précédant la date prévue, de les appeler à l'improviste pour leur demander comment ils se rétablissent ou de réfléchir à la manière de leur faciliter la tâche. .services spéciaux.

La fête des mères, en particulier, peut être difficile pour celles qui ont subi une fausse couche. Voici quelques façons de bien aborder la fête : "Le jour de la fête des mères, mon église a diffusé une courte vidéo sur la santé maternelle dans les pays en développement et a fait un don pour des kits d'accouchement hygiéniques", a déclaré une mère. "C'était un bel hommage aux mères, tout en tenant compte de la complexité de la vie des paroissiens".

La semaine précédant la fête des mères, un pasteur avec qui j'ai parlé envoie un livre utile et une carte manuscrite à toutes les femmes de son église dont il sait qu'elles ont fait une fausse couche cette année-là. "Il est important de célébrer les mères", a-t-elle déclaré, "mais nous voulons que ceux qui souffrent sachent que nous les voyons aussi".

Remarque : Certains détails sur les personnes et les situations décrites dans cet article ont été modifiés pour garantir la confidentialité des personnes impliquées.

Adriel Booker est un écrivain, conférencier et défenseur des droits humains basé à Sydney (Australie). Elle est l'auteur de [Grace as Scarlett: Grieving with Hope after Miscarriage and Loss](#) (Baker, 2018).

2020 Christianity Today - une organisation à but non lucratif 501(c)(3).

Traduit par : Dezama Jeudi.