

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

PROCESSUS DE CRÉATION D'UN OUTIL BIBLIOTHÉRAPEUTIQUE DESTINÉ AUX  
ENFANTS ÂGÉS DE 9 ANS À 12 ANS ENDEUILLÉS D'UN PARENT À LA SUITE  
D'UN SUICIDE

ESSAI  
PRÉSENTÉ  
COMME EXIGENCE PARTIELLE  
DU DOCTORAT PROFESSIONNEL EN PSYCHOLOGIE (PSY.D)

PAR  
CAMILLE LAGACÉ-LABONTÉ

JUILLET 2013

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL  
Service des bibliothèques

Avertissement

La diffusion de cet essai doctoral se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire *Autorisation de reproduire et de diffuser un travail de recherche de cycles supérieurs* (SDU-522 – Rév.07-2011). Cette autorisation stipule que «conformément à l'article 11 du Règlement no 8 des études de cycles supérieurs, [l'auteur] concède à l'Université du Québec à Montréal une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de [son] travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, [l'auteur] autorise l'Université du Québec à Montréal à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de [son] travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de [la] part [de l'auteur] à [ses] droits moraux ni à [ses] droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, [l'auteur] conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont [il] possède un exemplaire.»

## REMERCIEMENTS

Je tiens d'abord à exprimer ma gratitude à ma directrice de recherche, Monique Séguin Ph.D., professeure au Département de psychologie et de psychoéducation à l'Université du Québec en Outaouais. Je veux la remercier pour m'avoir encouragée à travailler auprès des personnes endeuillées et d'avoir accepté de s'aventurer dans ce projet peu conventionnel. Sa guidance, son expertise, sa structure et ses encouragements m'ont nourrie jusqu'à l'aboutissement de cet essai.

Je désire également remercier les membres du jury : Marc-Simon Drouin Ph.D., professeur au département de psychologie de l'Université du Québec à Montréal, et Diane Dubeau Ph.D., professeure au département de psychologie et de psychoéducation de l'Université du Québec en Outaouais.

Je souhaite remercier la contribution des collaborateurs qui ont participé à ce projet en me partageant leurs expériences et leurs commentaires en toute franchise. Je remercie le personnel du CSSS Ruisseau-Papineau pour leur précieuse collaboration, plus particulièrement Josée Lake et Rita Angelo. Un merci chaleureux à Geneviève Riopel pour m'avoir accompagnée dans ma quête de l'expérience des enfants endeuillés.

Merci au Groupe McGill d'étude sur le suicide pour avoir contribué à développer mon bagage clinique et mes habiletés en relation d'aide, mais surtout pour m'avoir fait sentir combien les familles endeuillées par suicide ont besoin de ressources. Plusieurs parents et enfants endeuillés ont contribué à l'avancement de ce projet et je leur en suis très reconnaissante.

Je désire souligner combien l'accueil et la présence de l'équipe du laboratoire de recherche de Robert J. Vallerand, Ph.D., de l'Université du Québec à Montréal, a ensoleillé mes journées de rédaction, plus particulièrement: Noémie Carbonneau, Anne-Sophie Gousse-Lessard, Ariane St-Louis, Daniel Lalande, Jérémie Verner-Filion, Marc-André Lafrenière et Éric Donahue. Merci aussi à mes amies pour leur soutien tout au long de ce long processus: Geneviève Dupras, Marie-Ève Leroux, Isabelle Paquet et Marie-France Proulx. Je tiens

également à remercier Stéphane Cantin pour ses encouragements, et Stéphane Gagnon pour avoir insufflé un vent dans mes voiles pendant l'écriture du manuscrit.

Je suis reconnaissante à ma famille pour leurs encouragements, plus particulièrement à mes parents pour m'avoir transmis la détermination et le souci du travail bien fait. Enfin, je veux remercier Nicolas Tessier, mon amoureux, pour sa patience, sa compréhension et son soutien.

## TABLE DES MATIÈRES

LISTE DES TABLEAUX.....	viii
RÉSUMÉ .....	ix
INTRODUCTION.....	1
CHAPITRE I	
CONTEXTE THÉORIQUE.....	4
1.1 Le deuil normal .....	4
1.2 Le deuil atypique.....	5
1.3 Le deuil vécu par l'enfant .....	6
1.3.1 Les aspects développementaux liés au travail de deuil chez l'enfant .....	6
1.3.2 Les manifestations du deuil chez l'enfant.....	7
1.4 Le décès d'un parent pendant l'enfance.....	8
1.4.1 Un stress non négligeable .....	8
1.4.2 La relation entre l'enfant et son parent endeuillé.....	8
1.4.3 Le travail de deuil de l'enfant endeuillé d'un parent .....	9
1.5 Le décès d'un parent par suicide pendant l'enfant.....	11
1.5.1 Le contexte familial de l'enfant .....	11
1.5.2 Les caractéristiques particulières reliées au deuil d'un parent qui s'est suicidé.....	11
1.6 Les facteurs médiateurs dans les familles où un parent s'est suicidé.....	15
1.7 Les interventions prodiguées aux enfants endeuillés d'un parent par suicide .....	15
1.7.1 Les interventions individuelles .....	16
1.7.2 Le rôle du parent endeuillé dans le travail de deuil de son enfant.....	18
1.7.3 Les groupes de soutien .....	20
1.7.4 La bibliothérapie .....	21

CHAPITRE II	
MÉTHODOLOGIE.....	25
2.1 Les objectifs de travail .....	25
2.2 Les étapes de travail.....	26
2.3 Identification des thèmes et écriture du premier jet de l'histoire.....	28
2.3.1 Étape 1 : Recension des livres jeunesse portant sur le deuil à la suite d'un suicide .....	28
2.3.2 Étape 2 : Entrevues .....	29
2.3.3 Étape 3 : Établissement des personnages, aspects psychologiques, et de la trame du scénario de l'histoire .....	30
2.3.4 Étape 4 : Rédaction de l'histoire (version 1).....	30
2.4 Évaluation stratégique.....	30
2.4.1 Étape 5 : Soumission du manuscrit (version 1) à trois collaborateurs et collecte des commentaires par l'entremise d'une entrevue semi-structurée. Synthèse et analyse des commentaires reçus par les collaborateurs .....	31
2.4.2 Étape 6 : Modifications au scénario (version 1) et ajout des sections <i>Mot aux lecteurs et Informations aux parents et aux intervenants</i> .....	31
2.4.3 Étape 7 : Soumission du manuscrit (version 2) à des collaborateurs et recueil des commentaires par l'entremise d'un questionnaire. Synthèse et analyse des commentaires reçus.....	31
2.4.4 Étape 8 : Modifications au manuscrit (version 2) .....	33
2.5 Évaluation de l'appréciation.....	33
2.5.1 Étape 9 : Soumission du manuscrit (version 3) à une intervenante spécialisée ainsi qu'à une population d'enfants et de parents endeuillés. Collecte des commentaires par l'entremise d'une entrevue semi-structurée avec l'intervenante, un focus group avec les enfants, et un formulaire pour les parents. Synthèse et analyse des commentaires reçus .....	33
2.5.2 Étape 10 : Modifications finales au manuscrit (version 4).....	41
2.6 Soumission de l'outil bibliothérapeutique à une maison d'édition.....	41

CHAPITRE III	
RÉSULTATS .....	42
3.1 Étape 1 : Recension des livres jeunesse portant sur le deuil à la suite d'un suicide.....	42
3.2 Étape 2 : Entrevues.....	44
3.2.1 Entrevues auprès des intervenants spécialisés .....	44
3.2.2 Entrevue auprès d'un parent endeuillé.....	46
3.2.3 Entrevue auprès d'une auteure québécoise spécialisée en littérature jeunesse.....	47
3.3 Étape 3 : Établissement des personnages, aspects psychologiques, et de la trame du scénario de l'histoire .....	47
3.3.1 Public cible.....	48
3.3.2 Personnages principaux.....	48
3.3.3 Histoire et éléments psychothérapeutiques .....	49
3.4 Étape 4 : Rédaction de l'histoire (version 1).....	53
3.5 Étape 5 : Soumission du manuscrit (version 1) à trois collaborateurs et collecte des commentaires par l'entremise d'une entrevue semi-structurée. Synthèse et analyse des commentaires reçus par les collaborateurs .....	53
3.6 Étape 6 : Modifications au scénario (version 1) et ajout des sections <i>Mot aux lecteurs et Informations aux parents et aux intervenants</i> .....	55
3.6.1 Mot aux lecteurs.....	55
3.6.2 Histoire.....	55
3.6.3 Section informative pour le lecteur adulte .....	56
3.7 Étape 7 : Soumission du manuscrit (version 2) à des collaborateurs et recueil des commentaires par l'entremise d'un questionnaire. Synthèse et analyse des commentaires reçus .....	56
3.7.1 Mot aux lecteurs.....	57
3.7.2 Histoire-forme .....	57
3.7.3 Notions de deuil- réaction des personnages .....	57
3.7.4 Appréciation générale .....	58
3.7.5 Informations aux parents et aux intervenants.....	58

3.7.6	Public cible.....	58
3.8	Étape 8 : Modifications au manuscrit (version 2) .....	59
3.9	Étape 9 : Soumission du manuscrit (version 3) à une intervenante spécialisée ainsi qu'à une population d'enfants et de parents endeuillés. Collecte des commentaires par l'entremise d'une entrevue semi-structurée avec l'intervenante, un focus group avec les enfants, et un formulaire pour les parents. Synthèse et analyse des commentaires reçus.....	61
3.9.1	Commentaires de l'intervenante spécialisée.....	61
3.9.2	Commentaires des enfants endeuillés .....	61
3.9.3	Commentaires des parents endeuillés .....	62
3.10	Étape 10 : Modifications finales au manuscrit (version 4).....	63
CHAPITRE IV		
DISCUSSION .....		64
4.1	Synthèse de l'évaluation de l'appréciation.....	65
4.2	Bénéfices de l'outil bibliothérapeutique .....	65
4.2.1	Bénéfices pour un enfant.....	65
4.2.2	Bénéfices pour un parent.....	67
4.2.3	Bénéfices pour un intervenant.....	68
4.3	Limites de l'outil bibliothérapeutique et de l'étude de l'appréciation .....	68
4.4	Recherches futures .....	69
CONCLUSION .....		70
APPENDICE A		
LETRE ENVOYÉE AUX COLLABORATEURS .....		71
APPENDICE B		
QUESTIONNAIRE ENVOYÉ AUX COLLABORATEURS.....		73
APPENDICE C		
LETRE DE SOLLICITATION AUX PARENTS ENDEUILLÉS.....		86
APPENDICE D		
VERBATIM TÉLÉPHONIQUE EMPLOYÉ AVEC LES PARENTS .....		88
APPENDICE E		
INFORMATONS DEMANDÉES AUX PARENTS RÉPONDANTS.....		91

APPENDICE F	
LETTRE DE PRÉSENTATION JOINTE À L'ENVOI POSTAL.....	93
APPENDICE G	
LETTRE EXPLICATIVE DU PROJET ET FORMULAIRE DE CONSENTEMENT.....	95
APPENDICE H	
CANEVAS D'ENTREVUE .....	100
APPENDICE I	
FORMULAIRE RÉTROACTIF COMPLÉTÉ PAR LES PARENTS ENDEUILLÉS .....	103
APPENDICE J	
CERTIFICAT D'APPROBATION ÉTHIQUE DE L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC EN OUTAOUAIS .....	106
APPENDICE K	
APPROBATION DU CHEF DE SERVICE DU CSSS DE LAVAL .....	108
APPENDICE L	
TABLEAU PRÉSENTANT L'ÉVALUATION DES COLLABORATEURS À L'ÉTAPE 7 .....	110
APPENDICE M	
RÉSUMÉ DES COMMENTAIRES DE L'INTERVENANTE SPÉCIALISÉE .....	128
APPENDICE N	
RÉSUMÉ DES COMMENTAIRES DES ENFANTS ENDEUILLÉS .....	130
APPENDICE O	
RÉSUMÉ DES COMMENTAIRES DES PARENTS ENDEUILLÉS.....	135
APPENDICE P	
VERSION FINALE DU MANUSCRIT .....	139
RÉFÉRENCES .....	238

## LISTE DES TABLEAUX

Tableaux		Page
2.1	Présentation des dix étapes associées aux trois objectifs de travail .....	27
3.1	Présentation des thèmes et aspects développés à chaque chapitre.....	50

## RÉSUMÉ

Le présent essai doctoral a pour objectif général de concevoir un outil d'intervention bibliothérapeutique destiné aux enfants âgés de 9 ans à 12 ans, endeuillés d'un parent à la suite d'un suicide. Trois objectifs de travail ont été ciblés: 1) créer une histoire bibliothérapeutique destinée aux enfants, 2) rédiger un texte informatif destiné aux adultes, 3) effectuer une évaluation stratégique et une évaluation de la satisfaction de l'outil auprès du public cible.

La bibliothérapie est un mode d'intervention thérapeutique accessible et couramment employé pour un éventail de problématiques. Cependant, peu de livres sont actuellement disponibles sur le marché pour les jeunes endeuillés d'un parent à la suite d'un suicide. *Après la tempête...* est une histoire, se déroulant sur une période de 1 an et demi, qui illustre l'évolution du processus de deuil d'un garçon de 11 ans endeuillé de son père qui s'est suicidé. L'histoire est orientée vers les buts suivants: expliquer les termes *suicide*, *dépression*, et *mort*; aider l'enfant à mieux comprendre l'acte suicidaire et le processus de deuil; présenter les réactions de deuil dans le quotidien de l'enfant; offrir un modèle d'interactions parent-enfant; fournir des stratégies d'adaptation, et redonner espoir. La section pour adultes a pour mandat d'informer le lecteur et de promouvoir un soutien optimal à l'enfant endeuillé en présentant des pistes d'intervention concrètes.

La création de cet outil bibliothérapeutique repose sur une méthodologie rigoureuse. Dans un premier temps, une démarche a permis d'identifier les thèmes clés de l'histoire, et d'élaborer un canevas sur lequel repose la rédaction de l'histoire. Cette démarche est constituée de plusieurs étapes de travail telles que: une revue de la littérature scientifique, une recension des livres jeunesse, et des entrevues conduites auprès de personnes spécialisées. Deuxièmement, une évaluation stratégique a été conduite auprès de différents experts afin d'évaluer la pertinence de l'outil bibliothérapeutique. Et finalement, lorsque l'outil d'intervention nous est apparu suffisamment bien construit, son appréciation a été évaluée par le public cible, c'est-à-dire, des enfants et des parents endeuillés ainsi qu'une intervenante spécialisée.

Au cours du processus de création, trois versions du manuscrit ont été soumises à des collaborateurs (n = 21) provenant de différents milieux (ex. psychologues, travailleurs sociaux, enseignants, enfants endeuillés, parents endeuillés, spécialistes en littérature jeunesse). Cette collecte de données a été effectuée en trois temps, par l'entremise d'entrevues et l'usage de questionnaires. À la fin de chaque étape de collecte et d'analyse de données, le manuscrit était revisité et les corrections nécessaires étaient effectuées afin de l'améliorer pour qu'il convienne autant que possible au public cible c'est-à-dire aux enfants.

Les résultats mettent en lumière une appréciation positive de la population cible (intervenant, enfants et parents endeuillés). En plus d'être informatif et de présenter des stratégies

d'adaptation, l'histoire favoriserait les processus d'identification, d'engagement émotionnel et d'intégration chez le lecteur. Plusieurs bénéfices ont été identifiés chez les enfants: aide à mettre en mots l'expérience de deuil, normalise les réactions et les pensées de deuil, diminue le sentiment d'isolement, illustre la diminution de la souffrance émotionnelle et la continuation de la vie.

Pour le parent endeuillé, les bénéfices suivants ont été cernés : sensibilise au vécu de l'enfant endeuillé, offre des verbatims d'interactions avec l'enfant, présente un modèle parental optimal, vulgarise des connaissances scientifiques sur le deuil, présente des moyens concrets pour soutenir l'enfant endeuillé. En plus d'aider les familles endeuillées, ce livre peut être utilisé à titre d'outil d'intervention psychothérapeutique par un intervenant.

Mots clés: bibliothérapie, deuil, suicide, enfants, adolescents, intervention.

## INTRODUCTION

Le suicide est un problème d'une grande ampleur. Au Canada, en 2009, 3890 personnes se sont enlevées la vie (Statistique Canada, 2012). Selon les données provisoires, le Québec affiche un taux de suicide en baisse depuis le début des années 2000 (Légaré *et al.*, 2013). Il n'en demeure pas moins, qu'en 2009, le Québec se tenait au quatrième rang des provinces canadiennes affichant le plus haut taux de suicide à travers le pays (Statistique Canada, 2012). En 2010, 1089 Québécois se sont suicidés (Légaré *et al.*, 2013). L'institut national de santé publique du Québec relate que parmi toutes les tranches d'âges, ce sont surtout les hommes, âgés de 35 à 49 ans, qui sont les plus touchés par le suicide (Légaré *et al.*, 2013). C'est d'ailleurs principalement à ces âges que les gens sont susceptibles d'avoir de jeunes enfants.

Il est difficile d'estimer de façon précise combien d'enfants se retrouvent annuellement endeuillés du suicide d'un parent, puisque aucune donnée statistique officielle n'a jusqu'à ce jour été répertoriée à cet effet. Toutefois, une étude de Shepherd et Barraclough (1974) rapporte que vingt pourcent des suicidés de leur échantillon laissait dans le deuil au moins un enfant âgé de moins de 17 ans. Si l'on se fie à ces résultats, un adulte suicidé sur cinq laisserait derrière lui un ou plusieurs enfant(s) dans le deuil. Small et Small (1984) estiment qu'à chaque année, aux États-Unis, entre 7000 et 12 000 enfants se retrouvent endeuillés d'un parent par suicide.

Le suicide d'un parent en bas âge est une expérience troublante qui ébranle le sentiment de sécurité et de protection. Wright et Partridge (1999) considèrent le suicide comme étant une forme de maltraitance du défunt parent qui inflige à l'enfant un lot d'émotions et de douleurs indescriptibles. Plusieurs études suggèrent que, chez certains enfants endeuillés d'un parent par suicide, des issues négatives telles que des psychopathologies et des difficultés d'attachement, sont associées, soit immédiatement après le décès, tout au long du développement ou à la période adulte (Cerel *et al.*, 1999 ; Pfeffer *et al.*, 1997 ; Sethi et Bhargava, 2003). Toutefois, bien qu'ils soient confrontés à une blessure affective profonde, la plupart des enfants ne développeront pas de psychopathologie (Grossman *et al.*, 1995).

Ces enfants et leur parent endeuillé sont confrontés à un défi de taille. En plus de vivre son propre deuil et d'avoir à faire face à des tresseurs multiples, le parent endeuillé doit soutenir son enfant. Malheureusement, compte tenu des circonstances et de la douleur vécue par chacun, une distance entre le parent et l'enfant peut s'installer. Par conséquent, la communication peut s'avérer difficile. En plus de son chagrin, l'enfant peut ressentir une grande solitude et un sentiment d'isolement. Plusieurs études relatent qu'une variable protectrice importante facilitant la résolution du deuil est le soutien émotionnel (Haine *et al.*, 2003 ; Haine *et al.*, 2006 ; Lin *et al.*, 2004 ; Mitchell *et al.*, 2006 ; Murray, Lake et Séguin, 2001 ; Pfeffer *et al.*, 1997 ; Tein *et al.*, 2006). Selon Murray, Lake et Séguin (2001) le soutien émotionnel se définit comme étant la capacité à extérioriser et à normaliser le vécu émotionnel, tout en aidant l'enfant à s'adapter, afin qu'il s'ajuste le mieux possible à la perte de l'être aimé. Chez l'enfant, le soutien émotionnel provient habituellement du milieu où il évolue, par des personnes bienveillantes qu'il côtoie, comme par exemple: ses parents, la famille, un enseignant ou la fratrie. Lorsque ce soutien n'est pas suffisant, l'enfant et sa famille sont dirigés vers d'autres types de soutien tels que: la psychothérapie individuelle, la guidance parentale, et les groupes de soutien pour enfants et parents endeuillés.

À la suite d'un décès par suicide, le dialogue peut s'avérer extrêmement difficile à entamer, surtout lorsque l'adulte se sent aussi démuni que l'enfant d'aborder un sujet aussi lourd. Or, la qualité de la communication entre le parent endeuillé et son enfant est une variable significative qui favorise une meilleure adaptation à la perte (Haine *et al.*, 2003 ; Haine *et al.*, 2006 ; Mitchell *et al.*, 2006 ; Nickman, Silverman et Normand, 1998 ; Silverman et Worden, 1992 ; Tein *et al.*, 2006). Le livre bibliothérapeutique est un instrument qui peut aider l'enfant et l'adulte endeuillés à se rencontrer et à obtenir du soutien (Berns, 2003 ; Malchioldi et Ginns-Gruenberg, 2008 ; O'Toole, 2005 ; Pardeck et Pardeck, 1993 ; Robinson, 2012). Malheureusement, il existe actuellement peu de livres destinés spécifiquement aux enfants endeuillés d'un parent à la suite d'un suicide. Nous croyons qu'un livre bibliothérapeutique permettrait d'offrir un soutien contribuant à briser l'isolement et à ouvrir la communication entre l'enfant et l'adulte, qu'il soit parent, psychologue, psychoéducateur, travailleur social, enseignant, etc.

Le présent essai doctoral porte sur la création d'un outil bibliothérapeutique destiné spécifiquement aux enfants, âgés entre 9 ans et 12 ans, endeuillés d'un parent à la suite d'un suicide. Dans un premier temps, une démarche a mené vers l'identification des thèmes clés de l'histoire, et vers l'élaboration d'un canevas sur lequel repose la rédaction de l'histoire. Cette démarche est constituée de plusieurs étapes de travail telles que: une revue de la littérature scientifique, une recension des livres jeunesse, et des entrevues conduites auprès de personnes spécialisées. Puis, une évaluation stratégique a été effectuée auprès de différents experts pour évaluer la pertinence de l'outil bibliothérapeutique conçu. Et finalement, l'appréciation de l'outil bibliothérapeutique a été évaluée par le public cible, c'est-à-dire, par des enfants et des parents endeuillés ainsi que par une intervenante spécialisée. À la fin de chaque étape de collecte et d'analyse de données, le manuscrit a été revisité et les corrections nécessaires ont été effectuées afin de l'améliorer pour qu'il convienne autant que possible au public cible c'est-à-dire aux enfants. Lorsque le présent essai doctoral sera déposé, l'outil bibliothérapeutique sera soumis à un éditeur afin d'être publié et accessible au grand public.

## CHAPITRE I

### CONTEXTE THÉORIQUE

#### 1.1 Le deuil normal

Plusieurs modèles théoriques expliquent le processus de deuil normal. Les fondements de cette expérience psychique sont déployés par le courant psychanalytique. La notion de travail de deuil est introduite par Freud en 1915 dans l'article *Deuil et Mélancolie*, publié en 1917. Selon cette perspective, le travail de l'endeuillé consiste à détacher la libido de l'objet, c'est-à-dire l'énergie investie en l'être aimé. Progressivement, l'énergie est détachée des souvenirs et des espoirs que suscitaient le défunt pour l'endeuillé qui la réinvestit en une nouvelle représentation de l'objet en laquelle il accepte la disparition. Selon Freud (1917), l'état mélancolique et dépressif survient lorsque la personne ressent un intense désir de retrouver l'objet, pour maintenir sa position libidinale, et la réalité de la disparition qui est permanente. Une incapacité à s'ajuster à la perte entrave l'intériorisation du nouvel objet. Selon Klein (1968) le deuil réactive la première séparation maternelle. Il fait resurgir un sentiment de persécution et une phase dépressive provoqués par la désillusion de l'image idéalisée du bon objet.

La théorie de l'attachement a une influence considérable dans la conceptualisation du processus de deuil. C'est par un détachement du lien affectif, préalablement établi avec l'être aimé, que l'endeuillé effectue le travail de deuil. Au travers les allées et venues d'une succession de phases, l'endeuillé vit la rupture du lien d'attachement causée par la perte de l'être cher (Bowlby, 1961 ; Bowlby, 1980 ; Parkes, 1972). Plusieurs modèles découlent de la théorie de l'attachement (Flatt, 1987 ; Kavanagh, 1990 ; Kubler-Ross, 1977). Le nombre de phases nécessaires au processus varie selon les théoriciens. L'un des modèles de deuil le plus répandu se déroule en quatre phases. Les travaux sur le deuil de Bowlby (1961 ; Bowlby,

1980) et de Parkes (1972) en sont à l'origine. Le choc ressenti lors de l'annonce du décès constitue la première phase. L'endeuillé se sent comme s'il était dans un mauvais rêve. Il refuse de croire que la perte est réelle. Ce déni a pour fonction de le protéger temporairement de l'intolérable souffrance occasionnée par la perte. La deuxième phase, celle de la protestation, émane de la déception et de l'angoisse de séparation suscitée par l'absence de l'être aimé. L'endeuillé éprouve le besoin de retrouver le défunt. Progressivement à force d'être confronté aux échecs de le retrouver, cet espoir s'estompe et l'endeuillé réalise que la perte est définitive. Lorsque la permanence de la perte est reconnue, l'endeuillé entre dans un état dépressif que Bowlby nomme la phase de la désorganisation. Enfin, à la quatrième phase, celle de la réorganisation, la relation avec le défunt est redéfinie. L'endeuillé révisé son identité et envisage de nouveaux rôles sans la présence de l'être aimé. La relation avec le défunt est alors intériorisée. L'endeuillé se recentre sur ses projets de vie et il s'investit dans de nouvelles relations.

La relation avec le défunt continue d'être investie mentalement, bien au-delà de la mort (Bowlby, 1980 ; Klass, 1988 ; Klass, Silverman et Nickman, 1996 ; Moss et Moss, 1981 ; Silverman et Silverman, 1979 ; Worden, 2009). Bien souvent, l'endeuillé se remémore des souvenirs, il conserve un objet appartenant au défunt, il s'adresse à celui-ci mentalement ou en prière, ou il visite la pierre tombale, et cela n'est pas pathologique. Dans ces moments, l'endeuillé vit les émotions liées à la perte tout en cheminant vers une intériorisation de la relation avec la personne décédée (Klass, 1988 ; Rubin, 1985 ; Shuchter et Zisook, 1988 ; Silverman, Nickman et Worden, 1992).

## 1.2 Le deuil atypique

Chez la majorité des endeuillés, le processus de deuil suit un cours normal. C'est-à-dire que les réactions de deuil s'atténuent jusqu'à ce que l'endeuillé retrouve progressivement un équilibre émotionnel et le niveau fonctionnel antérieur au décès. Toutefois, certaines variables contextuelles, telles : les conditions antérieures au décès, les conditions dans lesquelles le décès s'est produit et les conditions subséquentes au décès, peuvent alourdir et exacerber le processus de deuil. Lorsque la progression du deuil ne suit pas un cours normal, il s'agit d'un deuil atypique (Séguin et Castelli-Dransart, 2006). Le deuil atypique se

caractérise par des perturbations et des symptômes dont l'intensité entrave la trajectoire normale du deuil, faisant en sorte qu'il soit: absent, retardé, inhibé, chronique ou intensifié (Backé, 2000). Des symptômes intrusifs, des signes d'évitement et une incapacité à s'adapter caractérisent le deuil atypique. En plus de vivre des difficultés dans ses relations sociales et ses projets de vie, l'endeuillé peut éprouver des problèmes de santé physique (Séguin et Brunet, 1999). La présence de tresseurs multiples ainsi qu'un manque de soutien peuvent influencer négativement les issues du deuil. Un décès de nature traumatique, tel un suicide, prédispose également la survenue de complications au deuil (De Groot, De Keijser et Neeleman, 2006 ; Rando, 1993). Lorsqu'un trouble psychiatrique préexistant réapparaît à la suite du décès, ou lorsqu'il y a développement d'une pathologie (Bourgeois, 2003), la plupart du temps un trouble dépressif ou anxieux, il s'agit d'un deuil pathologique.

### 1.3 Le deuil vécu par l'enfant

#### 1.3.1 Les aspects développementaux liés au travail de deuil chez l'enfant

Baker et ses collègues (1992) identifient quatre conditions nécessaires afin que les enfants effectuent le travail de deuil : comprendre la signification du mot mort, reconnaître qu'une personne est décédée, avoir une représentation interne stable de l'objet disparu, et enfin, se sentir en sécurité. Les enfants possèdent des aptitudes leur permettant d'entamer le travail de deuil vers l'âge préscolaire. Toutefois, étant donné leur stade de développement affectif et cognitif, le travail de deuil de l'enfant s'effectue sur une plus longue période de temps que chez l'adulte (Baker et al., 1992). Chez l'enfant, le travail de deuil évolue progressivement au fil des années, en fonction des trajectoires développementales (Baker, Sedney et Gross, 1992 ; Webb, 2005). À chaque nouveau stade du développement, l'enfant réinterprète la perte de l'être cher (Murray, Lake et Séguin, 2001).

Les enfants ont une conception de la mort qui se développe sous forme de stades similaires à ceux du développement cognitif de Piaget (1960). En deçà de l'âge de 2 ans, la permanence de l'objet n'est pas acquise. Le jeune enfant n'est donc pas outillé pour comprendre que l'être aimé est absent, mais il est émotionnellement sensible et réactif aux changements de routine, aux tensions et au nouveau donneur de soins (Johnson, 1999). De l'âge de 2 ans à 5 ans, la mort est conçue comme étant un état temporaire et réversible,

similaire au sommeil (Lonetto, 1988 ; Nagy, 1948). Un style de pensée magique et animiste caractérise cette période. L'enfant considère tout ce qui se passe comme étant en lien avec lui, car il n'a pas encore la maturité de prendre du recul face aux événements et cela contribue à lui faire ressentir un vif sentiment de culpabilité face au décès (Fauré, 2007). De l'âge de 5 ans à 9 ans, l'enfant chemine vers une conceptualisation de la mort qui est irréversible et universelle (Lonetto, 1988 ; Nagy, 1948). Il ne réalise toutefois pas encore qu'il mourra lui aussi un jour. À ce stade, la mort peut être personnifiée (Nagy, 1948). Vers l'âge de 9 ans, la compréhension est plus mature et réaliste. Le jeune conçoit la mort comme étant irréversible, universelle, et causée par la cessation des fonctions biologiques (Lonetto, 1988 ; Nagy, 1948). Il réalise également qu'il mourra lui aussi un jour.

Le développement de la compréhension de la mort peut varier d'un enfant à l'autre (Webb, 2005). Différentes variables influencent le niveau de maturité de la compréhension de l'enfant, telles que le développement cognitif, les expériences passées avec la mort, l'environnement familial, le soutien des adultes et de l'entourage (Kenyon, 2001 ; Murray, Lake et Séguin, 2001). Des facteurs émotionnels, tels que l'anxiété et le niveau de proximité avec le défunt peuvent également avoir un impact sur la compréhension de la mort (Kenyon, 2001 ; Orbach *et al.*, 1994).

### 1.3.2 Les manifestations comportementales du deuil chez l'enfant

L'enfant a un seuil de tolérance face à la souffrance psychologique qui est moins élevé que celui de l'adulte (Baker, Sedney et Gross, 1992 ; Osterweis, Solomon et Green, 1984). Contrairement aux grandes personnes, l'enfant vit le deuil à petite dose. Ainsi, il peut par exemple manifester un chagrin intense pour ensuite retourner jouer et s'amuser. L'intermittence du processus de deuil protège l'enfant des sentiments trop douloureux. L'enfant éprouve également de la difficulté à verbaliser ses émotions. Comparativement à l'adulte, le vocabulaire est restreint. De plus, la peur *d'avoir l'air bébé* et de faire rire de soi peut favoriser un mutisme. Certains enfants sont embarrassés et ne savent pas comment se comporter lorsqu'ils sont en contact avec des émotions qu'ils n'avaient préalablement jamais expérimentées (Dalke, 1994). Les préadolescents peuvent se créer une façade face à l'adulte afin de préserver un sentiment de contrôle et d'indépendance (Murray, Lake et Séguin, 2001).

Bien qu'ils ne les expriment pas nécessairement verbalement, qu'ils soient en bas âge ou adolescents, les enfants endeuillés éprouvent les mêmes sentiments que les adultes endeuillés (Worden, 1996). Souvent les émotions rattachées à la mort sont projetées par l'entremise du jeu et du dessin de manière consciente et inconsciente. Tout comme chez l'adulte déprimé, le jeune endeuillé peut éprouver une perte d'intérêt pour ses activités favorites, être irritables et d'humeur instable ou imprévisible. Le chagrin peut se manifester par différents changements comportementaux, tels que: des régressions, des plaintes somatiques, des troubles fonctionnels, des problèmes de comportement, des difficultés d'attention et, parfois, des comportements suicidaires.

#### 1.4 Le décès d'un parent pendant l'enfance

##### 1.4.1 Un stress non négligeable

Le décès d'un parent est l'événement le plus stressant pouvant survenir dans la vie d'un enfant (Coddington, 1972 ; Elkind, 1983). En plus de perdre l'une de ses principales figures d'attachement, l'enfant est confronté aux bouleversements familiaux engendrés par le décès, comme par exemple: une instabilité financière, un déménagement, un changement d'école, une altération du réseau social, une séparation de la fratrie, et un changement de la routine familiale (Worden, 1996). Puisque le sentiment de sécurité est ébranlé, les préoccupations fondamentales de l'enfant reposent sur ses besoins primaires (Cain, 2002 ; Worden, 1996). Le décès d'un parent peut déclencher une anxiété de séparation (Cerel *et al.*, 1999 ; Riopel, 2006a ; Worden, 1996).

##### 1.4.2 La relation entre l'enfant et son parent endeuillé

Une inversion des rôles peut se manifester chez l'enfant sensible à la détresse du parent endeuillé. L'enfant donneur de soins cherche à s'occuper du parent, en assumant en quelque sorte le rôle de l'adulte alors qu'il n'en a pas encore la maturité émotionnelle et développementale (Campbell, 1997 ; Murray, Lake et Séguin, 2001 ; Ratnarajah et Schofield, 2008). Un parent endeuillé est moins disponible pour répondre adéquatement aux besoins émotionnels (Worden et Silverman, 1996). Cependant, l'évolution de l'enfant endeuillé repose grandement sur le soutien parental (Murray, Lake et Séguin, 2001). Un enfant dont le parent

endeuillé s'adapte mal et ne répond pas adéquatement aux besoins, est plus à risque de développer des difficultés d'adaptation au cours du développement (Dowdney, 1999 ; Dowdney, 2000 ; Saldinger, Porterfield et Cain, 2004).

#### 1.4.3 Le travail de deuil de l'enfant endeuillé d'un parent

##### Ressentir l'absence, le manque

L'enfant endeuillé est confronté à l'absence du parent décédé. Il s'ennuie *de ne plus le voir*, de ne plus recevoir ses conseils et de ne plus pouvoir partager d'activités avec lui. Une tristesse est ressentie lors des moments où il souhaiterait partager ses réussites à l'être aimé. L'absence de contact physique et de gestes d'affection font vivre un douloureux sentiment de manque (Worden, 1996). Bien que le parent ne soit plus présent dans la réalité de l'enfant, celui-ci est pourtant très présent dans ses pensées (Bowlby, 1980 ; Klass, Silverman et Nickman, 1996 ; Rosenblatt et Elde, 1990 ; Silverman, Nickman et Worden, 1992).

##### Maintenir une connexion

L'étude Child Bereavement Study (Worden, 1996) conduite à Boston, dresse un portrait des comportements typiques, manifestés chez les enfants âgés de 6 ans à 17 ans, endeuillés d'un parent. Plusieurs stratégies déployées pour maintenir une connexion avec l'être aimé ont été identifiées (Silverman, Nickman et Worden, 1992). Selon ses croyances, l'enfant peut tenter de se représenter où est passée l'âme de son parent décédé (ex. au ciel, au paradis, etc.) (Silverman, Nickman et Worden, 1992). Il peut aussi ressentir sa présence en ayant par exemple l'impression d'être accompagné, surveillé ou vu lorsqu'il commet une action. L'enfant peut interpréter des rêves ou certains événements (ex. une porte qui s'ouvre, un objet qui tombe par terre) comme étant un signe que son parent vient le visiter. Tout en étant source de joie, les rêves peuvent raviver une gamme d'émotions douloureuses à l'enfant (Worden, 1996). L'enfant peut également ressentir le besoin d'aller se recueillir au cimetière ou au columbarium afin de se sentir plus près du défunt. Très souvent, des conversations imaginaires sont entretenues avec le défunt parent (ex. lui raconter sa journée dans sa tête

avant de s'endormir; demander au défunt parent de l'aider afin de mieux performer à un examen ou à un tournoi sportif).

Quelques enfants de l'étude Child Bereavement Study rapportaient oublier parfois momentanément que leur parent était décédé. La plupart du temps, les enfants endeuillés conservent, sur eux ou dans leur chambre, un objet ayant appartenu au défunt. Ces objets procurent du réconfort, au même titre qu'un objet transitionnel. Au fil du temps, ces objets demeurent importants, bien que l'intensité affective y étant rattachée diminue progressivement (Silverman, Nickman et Worden, 1992).

#### Vivre les émotions suscitées par les réminiscences

Dans l'étude Child Bereavement Study (Silverman et Worden, 1992) la grande majorité des enfants rapportait se remémorer, plusieurs fois par semaine, des souvenirs liés à des moments partagés avec le parent décédé. Différents stimuli du quotidien sont susceptibles de déclencher des souvenirs et des émotions liées au deuil, comme par exemple des événements (tempête, fêtes, voyages), des endroits liés au défunt (lieu de travail ou de loisir), des paroles dites par quelqu'un, des objets trouvés qui appartenaient à l'être aimé, des chansons entendues à la radio, etc. (Rosenblatt, 1983). Ces souvenirs ravivent des élans de nostalgie et de tristesse (Bowlby, 1980) dont l'intensité peut surprendre et parfois décevoir l'endeuillé qui se croyait auparavant *guéri* (Rosenblatt, 1983). Les enfants ont tendance à s'impatienter et à montrer des signes de désespoir face à la souffrance du deuil qui, selon eux, les empêche d'être *comme avant* (Dalke, 1994).

#### Un processus à long terme

Au fil de son développement, l'enfant chemine vers une nouvelle perspective du décès. Il acquiert progressivement les habiletés cognitives et les expériences de vie nécessaire pour concevoir que la perte est définitive. Progressivement, l'endeuillé retrouve un niveau de fonctionnement similaire à celui qu'il avait avant le décès. Toutefois, en vieillissant, l'enfant endeuillé effectue des réflexions qu'il n'avaient préalablement pas effectuées lorsqu'il était plus jeune (Masson, 2006). Une constatation et une réinterprétation du décès se font à différentes étapes de la vie, de l'enfance à l'adolescence et de l'adolescence à la vie adulte

(Normand et Séguin, 2008). Malgré son absence, le défunt continue d'occuper différents rôles tout au long de la vie de l'endeuillé; un rôle de modèle, une source de guidance et de souvenirs réconfortants, ainsi qu'un point de repère moral (Marwit et Klass, 1996).

## 1.5 Le décès d'un parent par suicide pendant l'enfance

### 1.5.1 Le contexte familial de l'enfant

Ce n'est pas le suicide en tant que tel, mais l'accumulation de stress, le contexte familial préexistant, ainsi que l'ajustement familial après le décès qui mettent l'enfant à risque de développer des problèmes d'adaptation (Gallo & Pfeffer, 2003). Les familles où un suicide survient présentent souvent une plus grande incidence de dysfonctionnement avant le décès, comme la présence de psychopathologies ou de discordes au sein du couple (Cerel *et al.*, 1999, 2000 ; Grossman *et al.*, 1995 ; Pfeffer *et al.* 1997 ; Ratnarajah et Schofield, 2008 ; Riopel, 2006a). Le deuil par suicide comporte des particularités (Jordan, 2001 ; Séguin, Kiely et Lesage, 1994 ; Silverman, Range et Overholser, 1994). À la suite d'un suicide, l'endeuillé est plus à risque de vivre un deuil qualitativement différent d'un deuil dit plus normal (De Groot, De Keijser et Neeleman, 2006 ; Pfeffer *et al.*, 1997 ; Silverman, Range et Overholser, 1994). On retrouve également une augmentation de stress dans la vie de l'enfant dont un parent s'est suicidé (Pfeffer *et al.*, 1997 ; Ratnarajah et Schofield, 2008). Comparativement aux enfants dont un parent est décédé suite à une cause naturelle ou accidentelle, ceux endeuillés à la suite d'un suicide sont plus à risque de développer des problèmes d'adaptation ou des psychopathologies (Cerel *et al.*, 1999; Pfeffer *et al.*, 1997; Sethi et Bhargava, 2003).

### 1.5.2 Les caractéristiques particulières reliées au deuil d'un parent qui s'est suicidé

Le décès d'un parent suite à un suicide est extrêmement troublant pour l'enfant. Les réactions, les questionnements et les réflexions face à la perte sont multiples (Riopel, 2006a).

#### Le monde qui s'écroule lors de l'annonce du suicide

Le choc émotif lors de l'annonce peut être plus intense lors d'un décès par suicide (Murray, Lake et Séguin, 2001). Une intense confusion et une incompréhension envahissent l'endeuillé. Conséquemment, la phase de déni peut être plus longue. Certains adultes peuvent

être portés à camoufler ou à omettre des informations relatives à la nature du décès afin de protéger à tort l'enfant (Cain, 2002 ; Ratnarajah et Schofield, 2008). Lorsque confus par de l'information non concordante avec ce qu'il entend ou avec ce qu'il sent, l'enfant se crée ses propres explications. Conséquemment, l'enfant peut développer des fantaisies et d'importantes distorsions cognitives, lesquelles peuvent compromettre le processus de deuil (Cain et Fast, 1972 ; Riopel, 2006a). Une perte de confiance envers l'adulte peut apparaître chez l'enfant qui apprend à ces dépens que la nature réelle du décès lui a été cachée (Dyregrov et Deregrov, 2005 ; Ratnarajah et Schofield, 2008 ; Wright et Partridge, 1999). D'autre part, mal expliquer la cause du suicide ou ne pas en reparler avec l'enfant, après l'annonce du décès, peut également entraîner des répercussions néfastes (Cain, 2002).

#### Se sentir envahi d'images dérangeantes de la scène, avoir peur

Ce sont habituellement les membres de la famille qui découvrent le corps de la victime. Les enfants ayant été exposés au corps mutilé ou au visage défiguré du parent peuvent se retrouver envahis d'une grande terreur (Séguin et Brunet, 1999). Des images intrusives de la scène peuvent les suivre pendant longtemps. Certains enfants développeront un état de stress post-traumatique (Cerel *et al.*, 1999 ; Grossman *et al.*, 1995 ; Sethi et Bhargava, 2003) ainsi que des peurs associées à l'environnement de la scène (ex. : avoir peur de descendre au sous-sol, avoir peur d'ouvrir des portes) (Clark et Goebel, 1996 ; Murray, Lake et Séguin, 2001). Des cauchemars et des imageries récurrentes du corps ou d'objets liés au décès (ex. : corde, arme à feu) peuvent également envahir les enfants, qu'ils aient été ou non exposés à la dépouille (Dalke, 1994 ; Murray, Lake et Séguin, 2001 ; Séguin et Brunet, 1999). Les cauchemars peuvent également dépeindre la peur de l'abandon et la peur que d'autres proches s'enlèvent la vie à leur tour (Dalke, 1994). Parce qu'elles sont trop bouleversantes, les images dérangeantes peuvent entraîner un évitement cognitif des pensées reliées au parent, et ainsi faire stagner le processus de deuil (Séguin et Brunet, 1999). Les enfants endeuillés par suicide sont confrontés au geste qu'a commis leur parent et, dans bien des cas, à la violence que celui-ci s'est auto-infligée. C'est entre autres par l'entremise de dessins et de jeux répétitifs mettant en scène le suicide d'un personnage qu'ils parviennent à progressivement assimiler le geste que le parent a commis envers lui-même (Murray, Lake et Séguin, 2001).

### Chercher à comprendre pourquoi son parent s'est suicidé et se sentir à l'envers

La recherche de sens occupe une grande place dans le processus de deuil par suicide. Plus l'enfant cherche à comprendre pourquoi son parent a agi ainsi, plus il entre en contact avec de douloureuses émotions. Dans un premier temps, étant donné un mode de pensée magique, l'enfant est porté à se culpabiliser et à se dévaloriser d'avoir par exemple été désagréable ou de ne pas avoir été en mesure de sauver la vie de son parent (Fauré, 2007 ; Riopel, 2006a ; Wright et Partridge, 1999). Il est à la recherche d'un sentiment de maîtrise (ex. *Si j'avais fait ceci ou cela différemment, il serait encore vivant*). Éventuellement, il se voit confronté au fait que son existence n'était pas suffisante pour motiver son parent à vivre (Riopel, 2006a). L'enfant endeuillé par suicide se sent inévitablement abandonné et il se questionne quant à la valeur qu'il avait aux yeux de son parent (*S'il s'est tué, c'est parce que je n'étais pas suffisamment important pour lui. M'aimait-il vraiment ?*). Ce questionnement plus narcissique entraîne une diminution de l'estime de soi et remet en question la confiance qui pourra dorénavant être accordée à autrui (Dalke, 1994 ; Ratnarajah et Schofield, 2008 ; Séguin, Kiely et Lesage, 1994). L'image du parent décédé peut être à la fois idéalisée et intensément dévalorisée chez les enfants endeuillés par suicide (Murray, Lake et Séguin, 2001). Différents reproches (ex. : la non recherche d'aide, le mensonge, l'abandon) peuvent être à la source d'une intense colère à l'égard du parent (Cerel *et al.*, 1999 ; Dalke, 1994). Des émotions ambivalentes peuvent aussi être éprouvées. L'enfant peut par exemple ressentir à la fois de l'amour et de la rage envers le défunt parent (Baker *et al.*, 1992).

Dans d'autres cas, si la dynamique familiale était très bouleversée avant le décès (ex. discordes, abus de substances), certains enfants peuvent par la suite éprouver un sentiment de soulagement (Cleiren *et al.*, 1994 ; Goldman, 1996) qui ne les laissera cependant pas sans culpabilité, surtout s'ils avaient déjà, dans le passé, souhaité la mort du parent (Murray, Lake et Séguin, 2001).

### Désirer mourir, désirer rejoindre son parent

La douleur du chagrin et l'ennui peuvent faire émerger des idéations suicidaires chez l'enfant endeuillé d'un parent (Gaffney, Jones et Dunne-Maxim, 1992 ; Weller *et al.*, 1991). Cela est souvent la manifestation d'un désir de réunion chez l'enfant qui s'ennuie intensément

de sa mère ou de son père (Weller *et al.*, 1991). Notons toutefois, que les enfants endeuillés par suicide sont plus à risque de commettre des actes suicidaires. Ceux-ci sont mis devant le fait accompli que l'un de leurs modèles, c'est-à-dire le défunt parent, a choisi de s'enlever la vie afin de se délivrer de souffrances. L'enfant confronté à cette réalité peut introjecter l'acte suicidaire comme une alternative envisageable pour régler ses problèmes lorsqu'il se sent dans l'impasse puisque c'est ce qu'a fait son parent (Davies, 1995 ; Goldman, 1996 ; Séguin, Kiely et Lesage, 1994).

#### Se sentir différent des autres enfants

Se sentir différent des autres est fort désagréable pour un enfant. On retrouve de la honte, un sentiment d'isolement et la peur d'être jugé chez les endeuillés par suicide (Osterweis, Solomon et Green, 1984 ; Ratnarajah et Schofield, 2008). Les enfants se sentent démunis face aux remarques désagréables que peuvent dire des pairs (Dalke, 1994). Le tabou, la curiosité et le stigma qui entourent le suicide (Gallo & Pfeffer, 2003) contribuent à renforcer la perception de l'enfant à l'effet que sa famille n'est pas normale. La honte de parler d'un événement horrible et la peur du jugement social peuvent freiner la demande d'aide et renforcer le silence (Elder et Knowles, 2005 ; Séguin et Brunet, 1999).

#### Craindre qu'un autre événement terrible survienne, craindre d'être abandonné à nouveau

Le suicide ébranle le sentiment de sécurité de l'enfant. La vie devient soudainement menaçante et imprévisible (Elder et Knowles, 2005). Un décès subit, tel un suicide, peut déclencher diverses anxiétés chez l'enfant comme par exemple: s'inquiéter de la sécurité de ses proches, appréhender qu'un autre événement terrible se reproduise, craindre qu'un autre membre de la famille l'abandonne ou se suicide (Riopel, 2006a). La peur de l'abandon peut aussi freiner l'attachement et l'investissement vis-à-vis d'autres personnes (Masson, 2006). De là peut émerger une vision pessimiste du futur ainsi qu'une perte de confiance en l'avenir.

#### La famille qui n'est plus la même

Certaines familles rapportent que le suicide les a rapprochées, tandis que pour d'autres, cela a mené à une désintégration. Des difficultés relationnelles peuvent nuire à un

soutien émotionnel adéquat et renforcer le sentiment d'isolement (Masson, 2006 ; Ratnarajah et Schofield, 2008 ; Wright et Partridge, 1999). Un tabou familial quant à l'acte suicidaire peut entraver les discussions et contribuer à faire émerger un climat de secrets et de honte (Cain, 2002 ; Ratnarajah et Schofield, 2008). Le parent endeuillé peut être la cible de reproches. L'enfant peut entre autre, le tenir responsable d'avoir initié la rupture conjugale, ou lui reprocher de ne pas avoir su prévenir le suicide de l'autre parent (Wright et Partridge, 1999). L'impression de perdre sa famille ou que celle-ci se désagrège est fréquente, d'autant plus lorsque les proches éprouvent de la difficulté à s'adapter aux stress qui surviennent après le décès (Kaslow et Gilman Aronson, 2004). La plupart du temps, la communication familiale est semblable à celle qui existait avant le décès (Gaffney et al., 1992).

#### 1.6 Les facteurs médiateurs dans les familles où un parent s'est suicidé

L'ajustement de l'enfant endeuillé par suicide dépend d'une multitude de facteurs, tels que: la qualité de la relation qui existait avec le défunt, les circonstances entourant le décès, les caractéristiques de l'enfant, l'adaptation familiale au stress, et le soutien émotionnel. L'ajustement du parent endeuillé et la capacité de celui-ci à répondre aux besoins de l'enfant a une influence considérable (Elder et Knowles, 2005 ; Murray, Lake et Séguin, 2001 ; Tennant, 1988 ; Worden, 1996). Le risque qu'un enfant endeuillé développe des troubles psychologiques diminue significativement lorsque le parent endeuillé se montre disponible, flexible, chaleureux et sécurisant (Lin *et al.*, 2004 ; Murray, Lake et Séguin, 2001 ; Pfeffer et al. 1997). Selon Tennant (1988), la variable la plus importante dans l'ajustement de l'enfant est le soutien émotionnel.

#### 1.7 Les interventions prodiguées aux enfants endeuillés d'un parent par suicide

Les entretiens de Dyregrov (2009) révèlent que les jeunes endeuillés éprouvent de la difficulté à demander de l'aide. De plus, ils ont tendance à refuser l'aide offerte en début de deuil. Une pression désagréable serait ressentie par ceux-ci lorsque l'adulte les pousse à discuter. Avant d'accepter d'être aidé et de s'ouvrir, les jeunes endeuillés ont besoin de se faire solliciter à plusieurs reprises (Dyregrov, 2009). Cependant, l'aide et le soutien des proches peuvent être moins facilement accessibles quelques temps après la perte.

Les interventions prodiguées aux enfants endeuillés par suicide peuvent avoir un impact positif sur le bien-être, tel que diminuer le risque de développer un deuil atypique (Kirwin et Hamrin, 2005) et diminuer les symptômes dépressifs et anxieux (Pfeffer *et al.*, 2002). Qu'il s'agisse d'un suivi individuel, de guidance parentale, d'un groupe de soutien ou de l'usage de la bibliothérapie, les interventions visent essentiellement à soutenir l'enfant afin que celui-ci vive un deuil normal et qu'il s'ajuste le mieux possible à la perte de l'être aimé (Zambelli et DeRosa, 1992). Bien entendu, le choix de l'intervention s'établit en fonction de la sévérité des difficultés d'adaptation que présente l'enfant. Quel qu'en soit le mode d'intervention, la relation d'aide se doit d'être empreinte de confiance, d'empathie et de compassion sincère (Dyregrov, 2009).

#### 1.7.1 Les interventions individuelles

En thérapie individuelle, la tâche principale du thérapeute est d'amener l'enfant vers une meilleure adaptation à la perte (Worden, 2009). Dans un premier temps, le clinicien aide le jeune endeuillé à accepter la réalité du décès et il accompagne l'enfant vers une meilleure compréhension du processus de deuil. Il aide l'enfant à trouver des moyens pour mieux vivre avec la douleur émotionnelle. Cela implique d'explorer l'expérience, les pensées et les émotions de l'endeuillé (Dalke, 1994 ; Dane, 1991 ; Worden, 2009).

Le clinicien passe en revue avec l'enfant les circonstances entourant le décès, jusqu'au moment de l'annonce de la mort du parent (Nickman, Silverman et Normand, 1998). Si le jeune endeuillé évite de s'exposer aux souvenirs du parent en raison d'images dérangeantes évoquant la violence liée au décès, l'intervenant l'aide à réparer cette image psychique (Séguin et Brunet, 1999 ; Webb, 2002a ; Worden, 2009). S'il y a lieu, les images intrusives et les symptômes d'état de stress post-traumatique sont adressés. Une attention particulière est portée aux différents types d'anxiété (ex. anxiété de séparation, peur du noir, peur des fantômes).

Un travail important est l'exploration de la relation qu'avait l'enfant avec son parent avant le décès (Nickman, Silverman et Normand, 1998). Tel que mentionné précédemment, le deuil par suicide a la particularité de faire émerger des émotions intenses qui peuvent être étroitement reliées à un style de pensée magique et à une blessure narcissique (Fauré, 2007 ;

Riopel, 2006a). Dans un contexte thérapeutique sécurisant, l'enfant est invité à exprimer tout l'éventail d'émotions négatives qu'il n'a pas toujours l'occasion d'aborder avec son entourage (ex. désespoir, tristesse, colère, honte, culpabilité, regrets, sentiment d'abandon). C'est en extériorisant et en reconnaissant les sentiments négatifs et positifs liés au défunt, que le thérapeute aide l'enfant à dénouer la douleur (Dalke, 1994 ; Dane, 1991 ; Nickman, Silverman et Normand, 1998 ; Séguin et Brunet, 1999 ; Webb, 2002a). Ensemble ils cherchent un sens à la perte et tentent de répondre aux nombreux *pourquoi* (ex. *Pourquoi s'est-il suicidé? Pourquoi n'a-t-il pas demandé d'aide?*). Dans certains cas, le thérapeute tente d'assouplir l'identification négative au parent suicidé alors que dans d'autres, surtout lorsqu'il y a présence d'idéalisation, il amène l'enfant à développer une représentation plus réaliste de la personne qu'était le parent (Dalke, 1994). L'enfant endeuillé par suicide doit assimiler que sa figure parentale, jadis conçue comme toute parfaite, est maintenant ternie (ex. *Mon père s'est auto infligé une violence. Il n'a pas trouvé de solution à ses problèmes. Il a été fragile et malade. Il m'a abandonné.*). Or, au cours de son développement l'enfant a besoin de s'identifier à une image parentale positive. L'image parentale défaillante suscitée par le suicide peut être troublante et l'enfant peut tenter d'y résister en s'accrochant, de manière compensatoire, à une idéalisation du défunt parent (Riopel, 2006a). C'est normalement vers la fin de l'adolescence que le travail de distanciation face à l'image parentale idéalisée s'opère (Viorst, 2003). Or, les jeunes enfants endeuillés par suicide ne sont pas encore outillés sur le plan affectif pour cheminer vers une représentation négative du parent. Par conséquent ceux-ci peuvent s'investir à préserver une image très positive du parent suicidé. La construction interne du parent décédé est un aspect central du travail de deuil (Nickman, Silverman et Normand, 1998). Tout en préservant les souvenirs de l'être aimé, l'enfant doit internaliser l'image du défunt comme faisant partie de lui, bien qu'étant désormais absent de sa vie (Nickman, Silverman et Normand, 1998 ; Silverman, Nickman et Worden, 1992 ; Wright et Partridge, 1999).

Finalement, le thérapeute renforce les stratégies de résolution de problème de l'enfant, et il solidifie l'estime de soi. De plus, une guidance doit être offerte au parent endeuillé afin d'aider celui-ci à mieux s'ajuster à la perte, mieux soutenir son enfant et favoriser une

meilleure communication entre les membres de la famille (Dane, 1991 ; Nickman, Silverman et Normand, 1998).

### 1.7.2 Le rôle du parent endeuillé dans le processus de deuil de l'enfant

L'ajustement de l'enfant endeuillé par suicide dépend d'une multitude de facteurs, tels que: la qualité de la relation qui existait avec le défunt, les circonstances entourant le décès, les caractéristiques de l'enfant, l'adaptation familiale au stress, et le soutien émotionnel. L'ajustement du parent endeuillé et la capacité de celui-ci à répondre aux besoins de l'enfant a une influence considérable (Elder et Knowles, 2005 ; Murray, Lake et Séguin, 2001 ; Tennant, 1988 ; Worden, 1996). Le risque qu'un enfant endeuillé développe des troubles psychologiques diminue significativement lorsque le parent endeuillé se montre disponible, flexible, chaleureux et sécurisant (Lin *et al.*, 2004 ; Murray, Lake et Séguin, 2001 ; Pfeffer *et al.* 1997). Selon Tennant (1988), la variable la plus importante dans l'ajustement de l'enfant est le soutien émotionnel. Lorsqu'il rencontre des difficultés, le parent endeuillé devrait aller vers les ressources nécessaires afin d'améliorer son fonctionnement, être plus disponible pour répondre aux besoins de l'enfant et être un modèle de deuil sain (Pfeffer *et al.*, 1997 ; Rubin, 1986 ; Worden, 1996).

Plusieurs études relatent à quel point les compétences parentales, plus particulièrement la qualité de la communication parent-enfant est une variable protectrice, facilitant la résolution du deuil (Haine *et al.*, 2003 ; Haine *et al.*, 2006 ; Mitchell *et al.*, 2006 ; Nickman, Silverman et Normand, 1998 ; Tein *et al.*, 2006). La guidance parentale devrait offrir une sensibilisation au processus de deuil de l'enfant (Baker, Sedney et Gross, 1992 ; Dyregrov et Deregrov, 2005). En fait, la tâche de l'adulte est de soutenir l'enfant, d'ouvrir le dialogue et de répondre aux questions dans un contexte assez sécurisant pour que le jeune puisse assimiler l'information, partager ses souvenirs et exprimer ses émotions (Elder et Knowles, 2005 ; Murray, Lake et Séguin, 2001 ; Nickman, Silverman et Normand, 1998 ; Silverman et Worden, 1992). Dans l'échantillon de Campbell (1997) les adultes, endeuillés par suicide pendant l'enfance, mentionnaient à l'unanimité qu'ils auraient apprécié avoir davantage la chance de parler du suicide et de leur expérience lorsqu'ils étaient enfants.

Habituellement, les endeuillés préfèrent partager leurs souvenirs avec un membre de la famille qui connaissait le défunt (Rosenblatt et Elde, 1990).

Différentes attitudes parentales favorisent le travail de deuil chez l'enfant endeuillé. Premièrement, les spécialistes recommandent aux parents de communiquer adéquatement les informations relatives à la mort et au suicide (Goldman, 1996 ; Saldinger, Porterfield et Cain, 2004 ; Worden, 1996). Au moment de l'annonce du décès, plusieurs enfants ignorent ce que signifie le mot suicide (Riopel, 2006a). Goldman (1996) suggère de mettre l'accent sur le fait que le suicide est une erreur et de souligner qu'il y a toujours une autre solution. Lorsque l'enfant cherche à connaître le moyen par lequel son parent s'est enlevé la vie, les experts recommandent de fournir des explications simples et adaptées en fonction de l'âge (Dyregrov et Deregrov, 2005 ; Goldman, 1996 ; Masson, 2006). L'adulte doit s'autoriser de mentionner qu'il ne connaît pas toutes les réponses aux *pourquoi* (Dalke, 1994). Deuxièmement, l'enfant endeuillé a besoin de présence. Un soutien est particulièrement nécessaire, lorsqu'il y a somatisation (Dalke, 1994 ; Saldinger, Porterfield et Cain, 2004), présence de mauvais rêves (Dalke, 1994) ou que l'enfant se sent épuisé d'être en souffrance (Masson, 2006). Il peut être rassurant pour l'enfant endeuillé d'entendre l'adulte lui partager, de manière empathique, des expériences de vie personnelles similaires (Dalke, 1994). Troisièmement, le partage de souvenirs en famille aide au processus de deuil (Goldman, 1996 ; Masson, 2006 ; Nickman, Silverman et Normand, 1998 ; Saldinger, Porterfield et Cain, 2004 ; Silverman *et al.*, 2003 ; Silverman et Worden, 1992). Cela contribue à démêler l'histoire familiale, tout en extériorisant la réalité de chacun face à la perte, et favorise un soutien mutuel (Rosenblatt et Elde, 1990). Chez l'enfant, la quête de sens à l'acte suicidaire s'effectue en grande partie par l'entremise du dialogue qu'il entretient avec le parent endeuillé. C'est aussi en écoutant celui-ci lui évoquer des facettes positives et négatives du défunt, que l'enfant se forge une représentation du défunt qui peut être réaliste, idéalisée ou dévalorisée (Nickman, Silverman et Normand, 1998 ; Saldinger, Porterfield et Cain, 2004 ; Silverman *et al.*, 2003). Des discussions parent-enfant adéquates, contribuent à l'intégration de la représentation interne du parent décédé et favorisent un processus de deuil normal (Excell, 1991 ; Nickman, Silverman et Normand, 1998 ; Saldinger, Porterfield et Cain, 2004 ; Silverman *et al.*, 2003). La tâche de l'adulte est de s'assurer que le défunt reste un membre de la famille, et ce, même

si la place et le rôle de celui-ci ont changé (Nickman, Silverman et Normand, 1998). Étant donné des facteurs développementaux, affectifs et cognitifs, certains sujets de discussion doivent être ré abordés au fil du temps (Cain, 2002). Quatrièmement, l'enfant endeuillé a besoin d'écoute. Une oreille attentive est appréciée lorsqu'il parle de l'être qui lui est cher (Nickman, Silverman et Normand, 1998 ; Saldinger, Porterfield et Cain, 2004 ; Worden, 1996). Respecter la limite de l'enfant lorsqu'il se montre défensif (Dalke, 1994 ; Masson, 2006) être attentif, et offrir du soutien lors d'événements évoquant la perte du parent dans le quotidien, sont d'autres formes d'écoute (Saldinger, Porterfield et Cain, 2004). L'adulte qui écoute est mieux disposé à accueillir et à favoriser l'expression des émotions et cela aide l'enfant à cheminer dans le processus de deuil (Goldman, 1996 ; Masson, 2006 ; Nickman, Silverman et Normand, 1998). Cinquièmement, l'enfant a besoin de se sentir considéré et impliqué. Recevoir un objet souvenir ayant appartenu au défunt est réconfortant. En général, les enfants apprécient participer aux activités commémoratives (Nickman, Silverman et Normand, 1998 ; Saldinger, Porterfield et Cain, 2004). Pour terminer, l'adulte doit aussi se rappeler que malgré le drame familial, les enfants souhaitent poursuivre leurs activités quotidiennes et vivre des événements heureux (Masson, 2006 ; Worden, 1996).

Certaines attitudes parentales sont à proscrire, comme par exemple se débarrasser rapidement des biens du défunt contre la volonté de l'enfant, ou sans l'avoir consulté (Nickman, Silverman et Normand, 1998 ; Saldinger, Porterfield et Cain, 2004). Parler du défunt de manière négative devant l'enfant, lui manquer de respect ou dénigrer la relation qui existait entre le défunt et l'enfant peuvent engendrer des répercussions négatives (Nickman, Silverman et Normand, 1998). Nier l'impact du décès sur la vie de l'enfant, ne pas reconnaître les douloureux sentiments engendrés par la perte (Silverman *et al.*, 2003) ou se remarier rapidement suite au décès, peuvent également s'avérer déstabilisant, voir même néfaste pour le jeune endeuillé (Nickman, Silverman et Normand, 1998).

### 1.7.3 Les groupes de soutien

Les groupes de soutien aux enfants et aux parents endeuillés aident à : favoriser l'expression des pensées et des émotions; briser l'isolement; offrir des explications aux enfants et aux parents concernant la mort, le suicide et le deuil; normaliser les réactions de

deuil; explorer les sentiments et les souvenirs liés au défunt; outiller l'enfant face à la résolution de problèmes; transmettre l'espoir (Elder et Knowles, 2005 ; Mitchell *et al.*, 2007 ; Murray, Lake et Séguin, 2001). Kirwin et al. (2005) mentionnent que les meilleurs programmes d'intervention préventifs adressés aux enfants endeuillés par suicide devraient offrir de la guidance aux parents en plus d'un groupe de soutien pour l'enfant. La thérapie familiale est également conseillée (Pfeffer, 1981; Kaslow, 2004).

#### 1.7.4 La bibliothérapie

La bibliothérapie se définit comme étant le recours au livre en guise d'outil thérapeutique (Pardeck et Markward, 1995). Selon Berns (2003), la bibliothérapie est un processus réflexif dont le but consiste à favoriser une meilleure compréhension de soi, c'est-à-dire l'expression psychique personnelle, par l'entremise d'une histoire. À travers les personnages et les situations de l'histoire, le lecteur explore le *soi* interne en toute sécurité (Berns, 2003). L'efficacité de la bibliothérapie repose sur trois éléments: l'identification, l'engagement émotionnel et l'intégration (Berns, 2003 ; Hebert et Furner, 1997 ; Morawski, 1997 ; Shechtman, 1999). L'identification est le processus à travers lequel le lecteur se connecte aux éléments de l'histoire (personnages, événements, pensées et comportements). Elle est facilitée lorsque le personnage principal à environ le même âge, se comporte de manière similaire, fait face à des événements ou à des situations semblables à celles vécues par l'enfant lecteur (Sridhar et Vaughn, 2000). En cherchant à comprendre le personnage, le lecteur tente à la fois de comprendre son expérience personnelle (Shechtman, 1999). L'engagement émotionnel survient lorsque le lecteur ressent les émotions, les motivations et les conflits vécus par les personnages ou qu'il se sent touché par l'histoire. Finalement, une fois les émotions libérées, il y a intégration lorsque que le lecteur fait le pont entre l'histoire et son vécu personnel. Il lui est possible d'intégrer, dans sa vie personnelle, les stratégies adaptatives présentées dans l'histoire.

La bibliothérapie est un mode d'intervention fréquemment employé dans le traitement de diverses problématiques chez l'enfant et l'adolescent, telles que: le divorce (Heath *et al.*, 2005 ; Kramer et Smith, 1998 ; Pardeck, 1996), l'état de stress post-traumatique (Kazim, 2002 ; Malchioldi et Ginns-Gruenberg, 2008), l'agressivité (Shechtman, 1999 ;

Shechtman, 2006), l'intimidation (Heath *et al.*, 2005), le diabète (Amer, 1999), les peurs (McNamee et Mercurio, 2006), l'abus de substances (Pardeck, 1991) et le deuil (Berns, 2003 ; Corr, 2003a, 2003b, 2003c, 2007 ; Heath, 1986 ; Heath *et al.*, 2005 ; Johnson, 2003 ; Jones, 2001 ; O'Toole, 2005 ; Robinson, 2012).

Bien qu'elle présente de nombreux bienfaits, la bibliothérapie comporte certaines limites. Elle peut ne pas convenir aux enfants qui n'apprécient pas la lecture. De plus, les enfants qui vivent un état de stress post-traumatique, qui sont par exemple en état de choc ou dissociés, peuvent se voir temporairement incapables de s'engager émotionnellement pendant la lecture (Heath *et al.*, 2005). Notons également que, dans le cadre d'un traitement, le clinicien ne devrait pas employer uniquement la bibliothérapie, mais plutôt l'utiliser à titre d'outil d'intervention à intégrer à sa pratique (Heath *et al.*, 2005 ; Pardeck, 1990).

Pardeck et Pardeck (1993) identifient plusieurs bienfaits à la lecture thérapeutique: procure de l'information, aide à mettre en mots l'expérience personnelle, procure un insight face au problème, stimule la discussion, offre de bons modèles, procure des solutions, sensibilise les proches, transmet de nouvelles stratégies d'adaptation, communique de nouvelles valeurs et attitudes. La bibliothérapie peut aussi être employée pour améliorer les habiletés sociales des enfants (Cartledge et Kiarie, 2001 ; Heath *et al.*, 2005) et favoriser une meilleure estime de soi (Carlson et Arthur, 1999).

Une histoire bibliothérapeutique, qui porte sur le deuil, peut cibler des objectifs d'intervention similaires à ceux retrouvés en thérapie du deuil: diminuer le sentiment d'isolement, normaliser les réactions de deuil, aider l'enfant à définir les aspects importants de sa relation avec le défunt, favoriser l'extériorisation des affects et des réminiscences, fournir des stratégies de résolution de problème, transmettre l'espoir, et favoriser la communication parent-enfant (Berns, 2003 ; Malchioldi et Ginns-Gruenberg, 2008 ; Robinson, 2012). L'une des fonctions centrale du livre bibliothérapeutique pour endeuillés, est qu'il place l'enfant dans un contexte sécurisant et adéquat au plan développemental, permettant ainsi de faciliter l'expression émotionnelle (Malchioldi et Ginns-Gruenberg, 2008 ; Robinson, 2012).

Lors d'un deuil par suicide, l'intervention vise essentiellement à extérioriser et à normaliser l'expérience de l'enfant (Murray, Lake et Séguin, 2001). La littérature scientifique indique que le fonctionnement de l'enfant endeuillé est affecté par la façon dont le parent endeuillé vit son deuil et répond aux besoins de l'enfant (Elder et Knowles, 2005 ; Haine *et al.*, 2006 ; Murray, Lake et Séguin, 2001 ; Nickman, Silverman et Normand, 1998 ; Pfeffer *et al.*, 1997 ; Saldinger, Porterfield et Cain, 2004 ; Tennant, 1988 ; Worden, 1996). Toutefois, étant donné la nature et l'intensité des émotions qui l'habitent, il peut arriver que le parent endeuillé éprouve de la difficulté à soutenir émotionnellement l'enfant (Worden et Silverman, 1996). De plus, l'adulte peut se sentir démuné d'aborder un sujet aussi lourd avec l'enfant. Dans d'autres cas, parler du suicide d'une manière trop directe peut créer un climat de peur chez certains jeunes (Elder et Knowles, 2005). Séguin & Brunet (1999) font remarquer qu'il peut être plus aisé de discuter avec l'enfant lorsque celui-ci est engagé dans une activité parallèle lui permettant de se livrer et de retourner librement à une activité lorsque la discussion entreprise devient inconfortable.

La bibliothérapie est un médium pouvant contribuer à aider l'adulte à ouvrir le dialogue afin de soutenir l'enfant endeuillé d'un parent à la suite d'un suicide (Malchioldi et Ginns-Gruenberg, 2008 ; O'Toole, 2005 ; Robinson, 2012). En plus de créer un rapprochement physique et émotionnel entre le lecteur enfant et son parent (O'Toole, 2005), le livre peut être employée afin de sensibiliser les pairs (Gaffney, Jones et Dunne-Maxim, 1992 ; Wagner et Calhoun, 1991). Simple à utiliser, le livre peut être lu et relu. Il s'agit d'une ressource peu coûteuse, facilement accessible et continuellement disponible (Elgar et McGrath, 2003).

Il existe sur le marché une panoplie de livres pour enfants endeuillés d'un animal ou d'un membre de la famille (Berns, 2003 ; Corr, 2003a, 2003b, 2003c, 2007 ; Heath, 1986 ; Heath *et al.*, 2005 ; Johnson, 2003 ; Jones, 2001 ; O'Toole, 2005 ; Robinson, 2012). Toutefois, il semble que peu d'histoires portent sur la perte d'un parent à la suite d'un suicide.

En 2008, nous avons effectuée une recherche afin d'identifier quels étaient les ouvrages disponibles, en français, pour les enfants endeuillés d'un parent à la suite d'un suicide. À cette époque, un seul livre avait été répertorié. *Le ciel en face* (Raimbault, 2005) est un mini roman présentant les réactions de deuil d'un garçon d'âge scolaire, au cours des

premiers jours suivant le suicide de sa mère. Forcés de constater qu'il existait peu de livres destinés spécifiquement pour cette clientèle, nous avons eu la motivation de développer un outil d'intervention bibliothérapeutique, qui soit le plus complet possible, et dont le but principal serait d'apporter un soutien aux enfants endeuillés d'un parent à la suite d'un suicide.

## CHAPITRE II

### MÉTHODOLOGIE

#### 2.1 Objectifs de travail

Le premier objectif de cet essai doctoral est de créer une histoire bibliothérapeutique, destinée spécifiquement aux enfants âgés de 9 à 12 ans, endeuillés d'un parent par suicide. Étant donné les particularités du deuil par suicide chez les enfants, nous croyons qu'il s'avère important de s'assurer que l'histoire évoque réalistement le processus de deuil ainsi que les événements de vie auxquels ces jeunes sont confrontés. Un scénario ressemblant à l'histoire personnelle, et aux enjeux de deuil de l'enfant, favorisera les processus d'identification, d'engagement émotionnel et d'intégration (Sridhar et Vaughn, 2000). De plus, différents termes, tels que les mots *suicide*, *deuil*, et *dépression* seront expliqués afin d'aider l'enfant à mieux comprendre l'acte suicidaire et le processus de deuil. Un modèle d'interactions parent-enfant sera également présenté tout au long de l'histoire, de sorte à soutenir et à aider le parent lecteur dans ses propres interactions avec son enfant. Nous croyons qu'en plus d'être bibliothérapeutique, cette histoire devra être compréhensible et intéressante pour le lecteur, qu'il soit enfant ou adulte.

Le deuxième objectif est d'écrire un texte informatif, placé à l'intérieur du livre, destiné aux parents et aux intervenants qui côtoient ou qui travaillent avec des jeunes endeuillés suite à un suicide parental. Par l'entremise de ce texte, nous souhaitons sensibiliser l'adulte au processus et aux réactions de deuil des enfants tout en offrant de l'information quant aux particularités du vécu émotionnel des enfants endeuillés d'un parent par suicide. De plus, afin de mieux les outiller, nous souhaitons leur émettre des recommandations ainsi que des pistes d'intervention.

Le troisième objectif est de réaliser une évaluation stratégique auprès de différents experts pour évaluer la pertinence de l'outil bibliothérapeutique conçu. Et finalement, d'évaluer l'appréciation de l'outil bibliothérapeutique par le public cible, c'est-à-dire, par des enfants et des parents endeuillés ainsi qu'une intervenante spécialisée. À la fin de chaque étape de consultation, le manuscrit sera revisité et des corrections seront effectuées afin de le perfectionner.

## 2.2 Étapes de travail

La démarche permettant de répondre aux trois objectifs a été effectuée en dix étapes précises telles qu'illustrées par le tableau 2.1 se trouvant à la page suivante. Le travail effectué à chacune de ces étapes est présenté dans les prochaines sections.

Tableau 2.1

## Présentation des dix étapes associées aux trois objectifs de travail

a) Identification des thèmes et écriture du 1 <sup>er</sup> jet de l'histoire	
Étape 1	Récension des livres jeunesse ré effectuée.
Étape 2	Entrevues auprès de: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Experts en santé mentale</li> <li>- Parent endeuillé d'un conjoint par suicide</li> <li>- Auteure en littérature jeunesse</li> </ul>
Étape 3	Établissement des thèmes clés et de la trame du scénario
Étape 4	Rédaction de l'histoire (version 1).
b) Évaluation stratégique	
Étape 5	Soumission du manuscrit (version 1) à trois collaborateurs et collecte des commentaires par l'entremise d'une entrevue semi-structurée. Synthèse et analyse des commentaires reçus.
Étape 6	Modifications au scénario et ajout des sections <i>Mot aux lecteurs</i> et <i>Informations aux parents et aux intervenants</i> .
Étape 7	Création d'un questionnaire permettant de recueillir les commentaires de la version 2. Soumission du manuscrit (version 2) à des collaborateurs et recueil des commentaires par l'entremise d'un questionnaire. Synthèse et analyse des commentaires reçus.
Étape 8	Modifications apportées au manuscrit.
c) Évaluation de l'appréciation	
Étape 9	Soumission du manuscrit (version 3) à une intervenante spécialisée ainsi qu'à une population d'enfants et de parents endeuillés. Collecte des commentaires par l'entremise d'une entrevue semi-structurée avec l'intervenante, un focus group avec les enfants, et un formulaire pour les parents. Synthèse et analyse des commentaires reçus.
Étape 10	Modifications finales au manuscrit (version 4).
d) Soumission de l'outil bibliothérapeutique à une maison d'édition.	

### 2.3 Identification des thèmes et écriture du premier jet de l'histoire

Une démarche a menée la chercheure vers l'identification des thèmes clés de l'histoire et vers l'élaboration d'un canevas sur lequel repose la rédaction de la première version de l'outil bibliothérapeutique. Pour arriver à cette fin, quatre étapes de travail ont été déployées: 1) la recension des livres jeunesse a été ré effectuée, 2) des entrevues auprès d'experts ont été menés, 3) les thèmes clés et la trame du scénario ont été définis, 4) un premier jet de l'histoire a été rédigé.

#### 2.3.1 Étape 1: recension des livres jeunesse ré effectuée

Une recension des livres jeunesse portant sur le deuil chez les enfants à la suite d'un suicide parental a été ré-effectuée pendant le processus de création de l'outil bibliothérapeutique afin de vérifier si d'autres publications portant sur ce thème avaient été diffusées depuis la première recension faite en 2008.

Le moteur de recherche du catalogue Iris de la Bibliothèque et archives nationales du Québec a été consulté. Cet établissement compte plus de 4 millions de documents, dont un million de livres. La chercheure a inscrit le mot *suicide* dans l'onglet *thème* du catalogue jeunesse du moteur de recherche. De plus, le guide info-famille du Centre hospitalier universitaire de l'hôpital Sainte-Justine a été consulté (Gagnon *et al.*, 2009). Il s'agit d'une banque de références spécialisée comptant plus de 1065 suggestions de lecture pour les enfants, classées selon 225 thèmes, se rapportant à la santé physique et mentale. La chercheure a consulté les ouvrages pour enfants classés à la rubrique *suicide d'un parent*.

Tous les documents répertoriés ont été consultés, et seuls les ouvrages dont le thème principal était le deuil d'un parent à la suite d'un suicide ont été retenus. Les livres sélectionnés ont ensuite été lus. La lecture visait à identifier les principaux thèmes et les limites des histoires. Une attention était également portée au format des livres, la valeur éducative et l'intrigue.

### 2.3.2 Étape 2: entrevues

À ce stade-ci, la chercheuse a eu pour objectifs d'explorer les éléments du deuil qui n'apparaissaient pas suffisamment bien décrits dans la littérature scientifique, et de se familiariser avec une méthode d'écriture employée en littérature jeunesse. Quatre personnes ont été rencontrées individuellement afin de participer à une entrevue semi-structurée conduite par la chercheuse.

Tout d'abord, deux intervenantes spécialisées ont été rencontrées. L'une était une travailleuse sociale qui anime des groupes de thérapie pour les familles endeuillées par suicide, au CSSS de Laval, depuis 5 ans. L'autre participante était une psychologue spécialisée en enfance et en suicidologie depuis près de 15 ans, exerçant en pratique privée. Par la suite, une mère de trois enfants, endeuillée de son mari depuis 5 ans, décédé à la suite d'un suicide, a été rencontrée. Différents thèmes reliés au deuil ont été investigués avec les répondants. Une attention particulière a été portée au cheminement émotionnel de l'enfant et des exemple concrets tirés du quotidien des familles endeuillées ont été partagés. La visée de ces échanges était de sensibiliser l'étudiante : aux besoins des familles endeuillées, à la dynamique familiale, au processus de deuil de l'enfant et du parent, à la relation parent-enfant pendant et après la crise familiale, à la relation avec la fratrie, et à la routine dans la maisonnée. Un résumé écrit de chacune des rencontres était rédigé dans un deuxième temps et une analyse de contenu a été effectuée.

Finalement, l'étudiante a interrogé une spécialiste en littérature jeunesse, auteure de plus de seize romans publiés au Québec. Cet entretien visait à outiller l'étudiante quant à la démarche de création littéraire. Les aspects suivants ont été investigués: le processus d'écriture, la démarche de travail, la création de la personnalité des personnages, la progression de l'intrigue et le dosage de la charge émotionnelle. À la fin de l'entretien, un résumé de la discussion a été écrit pour ensuite être analysé qualitativement par l'entremise d'une analyse de contenu.

### 2.3.3 Étape 3: établissement des personnages, aspects psychologiques, et de la trame du scénario de l'histoire

À cette étape-ci, plusieurs aspects ont été déterminés afin de structurer la rédaction de l'histoire (étape 4), tels que: le sujet de l'histoire, les péripéties du personnage principal, les périodes de motivation et de découragement, les obstacles rencontrés, et la temporalité du récit. Les aspects psychologiques traités dans l'histoire sont basés sur la littérature scientifique synthétisée dans le chapitre premier du présent essai doctoral, ainsi que sur les entretiens réalisés à l'étape 2. Un résumé de la trame du scénario, incluant les éléments psychologiques associés à chaque péripétie présentée dans chacun des chapitres, a été effectué. La personnalité des personnages repose également sur les connaissances scientifiques dans le domaine. Finalement, une attention a été portée au style d'écriture en fonction du public cible.

### 2.3.4 Étape 4: rédaction de l'histoire (version 1)

Une fois les étapes 1 à 3 accomplies, la chercheure a rédigé la première version de l'histoire bibliothérapeutique.

## 2.4 Évaluation stratégique

Lorsque la première version de l'outil bibliothérapeutique a été créé, la chercheure a effectué une analyse stratégique. L'évaluation stratégique a pour but de se prononcer sur la pertinence d'un programme d'intervention (Breton, Bilodeau et Boyer, 2001 ; Champagne *et al.*, 2009). Pour ce faire, la chercheure a soumis le manuscrit à différents experts, et ce, à deux reprises. Les buts de cette démarche étaient d'évaluer la pertinence de l'outil bibliothérapeutique et d'évaluer la justesse de l'histoire et des informations présentées. Après chaque étape de consultation, l'étudiante a tenté de perfectionner l'outil bibliothérapeutique en y apportant des modifications pour le perfectionner.

- 2.4.1 Étape 5 : Soumission du manuscrit (version 1) à trois collaborateurs et collecte des commentaires par l'entremise d'une entrevue semi-structurée. Synthèse et analyse des commentaires reçus.

La première version du manuscrit a été remise à des collaborateurs afin d'être évaluée. Le recrutement des répondants s'est fait sur une base volontaire. À cette étape-ci, l'échantillon était constitué de trois participants ( $n = 3$ ) ayant préalablement collaborés à l'étape 2 du projet : une travailleuse sociale qui anime des groupes de thérapie pour les familles endeuillées par suicide au CSSS de Laval depuis 5 ans, une psychologue spécialisée en enfance et en suicidologie depuis près de 15 ans et exerçant en pratique privée, et finalement, une auteure québécoise ayant publié plus de seize romans jeunesse. Après avoir lu la première version de l'outil bibliothérapeutique, les participants étaient rencontrés individuellement pour transmettre leurs commentaires à la chercheuse par l'entremise d'une entrevue semi structurée. Les aspects suivants ont été discutés: le cheminement de deuil, l'évolution des personnages, la progression de l'histoire, et la forme du récit. Un résumé et une analyse de chacun des entretiens ont été rédigés et comparés avec une personne externe (comparaison interjuge) afin de limiter les biais d'interprétation. L'analyse des commentaires recueillis a mis en évidence plusieurs aspects à modifier dans l'outil bibliothérapeutique.

- 2.4.2 Étape 6: modifications au scénario (version 2) et ajout des sections *Mot aux lecteurs* et *Informations aux parents et aux intervenants*.

Rendu à cette étape, l'histoire a été revisitée afin de répondre, autant que possible, aux recommandations émises par les collaborateurs à l'étape 5. Ainsi, certains passages et certaines sections de l'histoire ont été modifiés ou ajoutés à la version 2 de l'outil bibliothérapeutique. De plus, une section *mot aux lecteurs* a été insérée afin de préparer l'enfant et l'adulte avant qu'ils n'entament la lecture de l'histoire. Finalement, une sections *d'informations aux parents et aux intervenants* a été insérée après l'histoire pour outiller les adultes qui souhaitent soutenir l'enfant endeuillé.

- 2.4.3 Étape 7: soumission du manuscrit (version 2) à des collaborateurs et recueil des commentaires par l'entremise d'un questionnaire. Synthèse et analyse des commentaires reçus.

Étant donné que la version 2 comportait des changements majeurs, l'évaluation stratégique a été poursuivie auprès d'un autre échantillon de répondants. Onze participants

(n=11) ont été recrutés, sur une base volontaire, selon la technique *boule-de-neige* qui consiste à proposer aux sujets de solliciter d'autres personnes de leur entourage. Cet échantillon de répondants était constitué de: quatre experts en santé mentale (n=4) ayant respectivement plus de 10 ans d'expérience (ex. psychologues en enfance, coordonatrice d'un projet de recherche portant sur le deuil par suicide); deux intervenants spécialisés travaillant pour des organismes venant en aide aux familles et aux enfants endeuillés par suicide (n=2) dans la région de l'Outaouais et dans la région de Québec; deux enseignantes (n=2) l'une exerçant dans une école primaire depuis plus de 20 ans et l'autre dans une école secondaire depuis 8 ans; un expert en littérature (n=1) ayant une spécialisation en littérature jeunesse; et deux parents endeuillés de leur conjoint à la suite d'un suicide (n=2) depuis moins de trois ans. Ces personnes n'étaient pas nécessairement connues par la chercheure. Une copie de la version 2 du manuscrit leur a été remise avec une lettre explicative et un questionnaire à compléter (Appendices A et B) et à retourner par la poste ou par courriel à la chercheure.

Le questionnaire employé a été créé par la chercheure. Il comportait une échelle Likert ainsi que des questions ouvertes. Les questions étaient organisées par catégories. La visée du questionnaire n'était pas d'obtenir des données quantitatives telles que des statistiques ou des pourcentages, mais plutôt de : déterminer jusqu'à quel point les répondants étaient en accord avec certaines dimensions de l'histoire, identifier quels étaient les aspects à améliorer et recueillir leurs impressions par rapport à la pertinence de l'outil bibliothérapeutique. Ainsi, les répondants étaient appelés à se prononcer vis-à-vis plusieurs aspects tels que: l'histoire et les personnages, les informations concernant le deuil et le suicide, l'appréciation générale, le public cible, la forme de l'outil, etc.

Lors de l'analyse des résultats, la chercheure a compilé les données dans un tableau en prenant soin de retranscrire, mot à mots, les commentaires transmis dans des rubriques. Pour chacune des questions, l'étudiante a jugé si la perception du répondant à l'énoncé était: positive, négative, ou à la fois positive et négative. Pour ce faire, elle tenait compte de l'échelle Likert et des commentaires manuscrits, inscrits aux questions ouvertes. Afin de synthétiser les commentaires des répondants, une analyse de contenu a été effectuée. Les données interprétées ont été vérifiées par une personne externe (comparaison interjuge). Finalement, un résumé des commentaires a été produit et la chercheure a porté une attention

particulière aux items perçus plus négativement par les répondants, permettant ainsi d'identifier les aspects à modifier pour améliorer l'outil bibliothérapeutique.

#### 2.4.4 Étape 8: modifications au manuscrit (version 2)

Le manuscrit a été révisé et bonifié en fonction des principaux commentaires dégagés par l'analyse des commentaires répertoriés à l'étape 7.

### 2.5 Évaluation de l'appréciation

À ce stade-ci, l'outil bibliothérapeutique (version 3) nous apparaissait suffisamment bien construit. La chercheure voulait désormais évaluer l'appréciation du public cible, c'est-à-dire les enfants et les parents endeuillés, ainsi qu'une intervenante spécialisée dans le domaine. L'évaluation de l'appréciation permet de déterminer dans quelle mesure le programme offert, dans ce cas-ci l'outil bibliothérapeutique, est adéquat pour atteindre les buts escomptés (Contandriopoulos *et al.*, 2000). Par cette démarche nous avons tenté de répondre aux questions suivantes: L'histoire intéresse-t-elle les enfants endeuillés? L'outil bibliothérapeutique est-il complet selon les utilisateurs? L'outil bibliothérapeutique apporte-t-il les effets escomptés?

#### 2.5.1 Étape 9 : soumission du manuscrit (version 3) à une intervenante spécialisée ainsi qu'à une population d'enfants et de parents endeuillés. Collecte des commentaires par l'entremise d'une entrevue semi-structurée avec l'intervenante, un focus group avec les enfants, et un formulaire pour les parents. Synthèse et analyse des commentaires reçus.

Ainsi, un manuscrit a été posté à chacune des familles participants à l'étude. Trois semaines après la réception du livre, les enfants étaient convoqués à une rencontre de discussions, en groupe, organisée par une intervenante spécialisée du CSSS de Laval. Au cours de cette rencontre, les enfants étaient invités à partager leurs commentaires et leurs critiques du livre pendant que leur parent complétait un formulaire rétroactif dans une autre salle.

### Recrutement des familles

Une travailleuse sociale, qui anime des groupes de thérapie pour enfants endeuillés par suicide au CSSS de Laval depuis près de 15 ans, a été contactée par la chercheuse. Des sujets endeuillés ont été sélectionnés par celle-ci selon des critères précis. Afin de correspondre au public ciblé par le livre, les enfants participants à l'étude devaient avoir vécu la perte de leur mère ou de leur père par suicide, et être âgés entre 9 et 13 ans. Tous les enfants devaient être en mesure de lire et de s'exprimer en français. Les familles dont les deux parents se sont suicidés ont été exclues en raison du caractère distinct du travail de deuil engendré. Puisque cette évaluation se réalisait auprès d'enfants vulnérables ou potentiellement vulnérables, des précautions ont été prises afin de recruter uniquement des sujets qui semblaient bénéficier d'un encadrement et d'un soutien adéquat. Le recrutement des familles reposait donc sur le jugement clinique de la travailleuse sociale.

Huit enfants répondants aux critères de sélection ont été sollicités. Une lettre expliquant le projet a été envoyée aux familles (Appendice C). Les parents intéressés à ce que leur enfant participe à l'étude devaient contacter eux-mêmes la chercheuse du projet, par courriel ou par téléphone et lui transmettre leurs coordonnées pour avoir plus d'informations.

Au terme de cette démarche, 50% (n = 4) des parents sollicités ont manifestés leur intérêt à participer à l'étude en répondant par courriel. Ceux-ci ont été contactés au téléphone, par la chercheuse, pour leur partager de plus amples informations relativement au projet (Appendice D). Les parents étaient ensuite invités à discuter du projet avec leur enfant et à donner leur réponse quelques jours plus tard lors d'un second appel de la chercheuse. À la suite de cet appel, 100% (n = 4) des familles rejointes ont acceptées de participer. Des informations sociodémographiques ont été recueillies au téléphone avec les parents participants (Appendice E).

### Participants

Trois enfants se sont présentés avec leur parent à la rencontre organisée au CSSS de Laval. Un enfant était absent. L'échantillon d'enfants (n = 3) était composé de deux filles et d'un garçon, âgés entre 10 ans et 13 ans (M = 11) et issus de trois familles différentes. Les

trois enfants ont connu le suicide d'un parent. Au moment de leur participation à l'étude, entre 5 mois et 50 mois ( $M = 30$ ) s'étaient écoulées depuis le suicide. Les enfants étaient âgés entre 6 ans et 10 ans ( $M = 8$ ) au moment du décès de leur parent. Aucun des enfants n'avait découvert le corps du parent décédé. Tous les enfants entretenaient des contacts réguliers avec leur parent qui s'est suicidé. Dans l'une des trois familles (33%), le père et la mère étaient divorcés tandis que dans les deux autres, les parents vivaient ensemble. Pour ces trois familles, le suicide a été commis par le père (100%). Le moyen de suicide utilisé était la pendaison (100%).

Les parents participants à l'étude ( $n = 3$ ) étaient trois mères âgées entre 39 ans et 48 ans ( $M = 44$  ans). Depuis le décès, tous les enfants habitaient avec leur mère endeuillée. Tous les participants étaient d'origine canadienne.

Chacun des enfants et des parents participants à cette étude, avaient, dans le passé, bénéficié d'un soutien psychothérapeutique de groupe, pour personnes endeuillées d'un proche à la suite d'un suicide, au CSSS de Laval. Entre une semaine et 48 mois s'étaient écoulés depuis la fin de cette thérapie.

#### Déroulement de l'évaluation de l'appréciation

Un envoi postal a été acheminé à chacune des familles participantes. Il comprenait: une lettre de présentation, un document expliquant le projet en détails, un formulaire de consentement parental en deux copies à signer et à retourner (Appendices F et G), ainsi qu'un exemplaire du manuscrit imprimé et relié en format livre. Enfants et parents étaient invités à se présenter à une rencontre au CSSS de Laval, trois semaines après la réception du livre.

Préalablement à cette rencontre, la travailleuse sociale du CSSS de Laval a été rencontrée par l'étudiante chargée du projet afin de recueillir les commentaires de celle-ci par l'entremise d'une discussion libre à propos du manuscrit. Lors de cette rencontre, la procédure de passation avec les enfants et les parents a été expliquée et le matériel nécessaire a été remis.

À la rencontre au CSSS de Laval, les enfants ont été regroupés pour une discussion semi-structurée animée par la travailleuse sociale qui anime des groupes de thérapie pour enfants endeuillés par suicide depuis près de 15 ans. L'entrevue semi-structurée est une méthode de collecte de données qualitative qui consiste à réunir un échantillon représentatif de sujets afin de comprendre et discuter de leur expérience et opinion personnelle relativement à un phénomène étudié (Pelham et Blanton, 2007). Cette méthode de collecte de données permet aux participants de discuter du sujet proposé dans leurs propres mots (Pelham et Blanton, 2007). En entrevue semi-structurée, le rapport de confiance avec les répondants, s'avère un facteur important afin de laisser place à des aspects plus personnels et d'approfondir certains points de vue (Baribeau, 2009 ; Vallerand et Hess, 2000). Ainsi, diverses mesures ont été prises pour favoriser un lien de confiance entre les enfants et la personne qui les interrogeait. L'intervenante qui animait le groupe était connue par les enfants puisqu'ils avaient, dans le passé, entretenu avec celle-ci un lien thérapeutique. Afin de diminuer l'anxiété des participants et optimiser leur confort, l'interviewer a d'abord invité chacun des enfants à se présenter en énonçant certaines informations personnelles (leur nom, leur âge, qui ils ont perdu par suicide, et depuis combien de temps). L'entretien débutait ensuite par des questions factuelles permettant une douce entrée en la matière. Les questions du canevas d'entrevue (Appendice H) étaient posées dans un ordre préalablement établi. Pour permettre de compiler fidèlement les propos des enfants, un enregistrement de la discussion a été effectué à l'aide d'une enregistreuse. Afin de minimiser les biais possibles, la chercheuse du présent projet, n'a pas assisté à cette discussion de groupe. En effet, on peut supposer que les enfants auraient pu se sentir embarrassés de partager oralement leurs commentaires négatifs à l'égard du manuscrit devant l'auteure de l'histoire. De plus, ceux-ci auraient pu se sentir gênés de partager des réflexions plus intimes devant une personne inconnue. L'entrevue a été d'une durée d'environ 20 minutes. Pendant ce temps, les parents endeuillés étaient convoqués dans une autre salle afin de remplir un questionnaire rétroactif portant sur leur expérience de lecture.

### Instrument de collecte de données

Les instruments de mesure ont été développés de manière *ad hoc* pour les fins de l'étude, selon une méthodologie qualitative, permettant ainsi aux sujets d'exprimer librement leurs pensées, réflexions, expériences de lecture et critiques à l'égard de l'histoire.

### Entrevue avec les enfants

Un canevas d'entrevue semi-structurée a été conçu pour l'entretien de groupe avec les enfants (Appendice H). Les questions d'entrevue étaient courtes et formulées dans un langage facilement accessible afin de favoriser la compréhension chez les enfants. L'ordre des questions était prédéterminé. Toutefois, tel que préconisé par l'approche qualitative, l'interviewer avait une certaine flexibilité dans la conduite de l'entretien (Blanchet, 1982 ; Vallerand et Hess, 2000). Ainsi, tel que décrit par Blanchet (1982), l'animatrice exerçait les fonctions de production, de confirmation et d'orientation. Elle avait la possibilité de poser des questions additionnelles afin de relancer le tour de parole, demander des précisions, effectuer des reformulations, clarifier ou approfondir les commentaires des enfants.

Ainsi, les enfants étaient invités à partager leur point de vue relativement aux aspects suivants: l'expérience de lecture (As-tu trouvé que c'était une histoire trop courte ou trop longue?), les impressions générales au sujet du livre (Qu'est-ce que vous avez pensé du livre?), la ressemblance des personnages à celle de leur vécu (Est-ce que vous avez trouvé ça réaliste ce qui arrive à Samuel?), la charge émotionnelle ressentie pendant la lecture (Est-ce que tu as ressenti de la tristesse en lisant cette histoire-là?), l'intérêt général pour l'histoire (Est-ce qu'il t'es arrivé de devoir prendre des petites pauses ou de ne plus avoir envie de lire l'histoire?), la communication (Est-ce que, après avoir lu le livre, tu as eu envie de parler de ton deuil à d'autres personnes, comme à tes frères-sœurs, ta mère, tes amis, ou à d'autres adultes?), les suggestions (Est-ce qu'il y a des choses qui devraient être modifiées ou présentées différemment dans cette histoire-là?), et les commentaires (Si tu pouvais parler à l'auteure qui a écrit cette histoire-là, qu'est-ce que tu aimerais lui dire?). Afin de laisser les enfants s'exprimer sur d'autres aspects non ciblés par le canevas d'entrevue ceux-ci ont par la suite été invités à parler librement (Avant de terminer, est-ce qu'il y a autre chose, dont nous n'avons pas parlé au sujet du livre, que tu aimerais dire?).

### Questionnaire rétroactif complété par les parents endeuillés

Un questionnaire rétroactif (Appendice I) a été employé afin d'effectuer une collecte de données par correspondance entre la chercheuse et les parents endeuillés qui avaient préalablement lu le livre. L'usage du questionnaire est couramment employé en recherche auprès des adultes. D'un point de vue expérimental, la rétroaction écrite est économique en terme de temps et elle peut favoriser le processus réflexif. Le but de cette démarche était de recueillir des données relativement à l'appréciation personnelle des parents à propos du livre, et d'accéder à leur perception parentale quant à l'expérience de lecture de leur enfant. Six questions ouvertes ont été utilisées afin d'obtenir le plus de détails possible. Elles permettaient aux répondants de s'exprimer d'après leurs propres schèmes de référence. Ainsi, les parents pouvaient exprimer leurs pensées de manière détaillée et plus spontanée, que s'ils avaient été confinés par une approche plus structurée (Reja *et al.*, 2003). Les questions portaient sur l'expérience de lecture de l'enfant (D'après vous, comment votre enfant a-t-il vécu cette expérience de lecture?), les bénéfices de la lecture (Qu'est-ce que cette lecture vous a apporté, à vous, en tant que parent ?), la communication parent-enfant (Est-ce que ce livre vous a permis de discuter différemment du deuil avec votre enfant?), les enjeux d'un deuil parental par suicide (Les enjeux principaux d'un deuil parental par suicide sont-ils présentés dans ce livre? Si non, veuillez préciser ce qui devrait être ajouté selon vous.), les modifications à apporter (Qu'est-ce qui serait à modifier dans ce livre d'après vous ?), et les commentaires divers (Avez-vous d'autres commentaires à transmettre à l'auteure? Si oui, inscrivez-les ici.). Les parents étaient invités à écrire leurs commentaires en six lignes et à utiliser une feuille de papier additionnelle si nécessaire.

### Procédure de gestion d'analyse et d'interprétation des données

Le verbatim de l'entretien de groupe avec les enfants a été retranscrit intégralement. Ce verbatim a été relu tout en écoutant simultanément la bande audio afin de s'assurer de la fidélité de la retranscription. La lecture a permis à la chercheuse de s'imprégner des données de l'entrevue. Une démarche d'analyse qualitative a été utilisée pour analyser l'appréciation et les commentaires des répondants. L'analyse qualitative vise à générer une synthèse des informations recueillies à partir de l'expérience des participants, dans le but de mieux

comprendre un phénomène (Vallerand et Hess, 2000). Les données, issues du discours oral des enfants, ont été rassemblés et interprétés par l'entremise d'une analyse de contenu. Une attention a été portée aux similitudes et aux différences entre les réponses des répondants. Par la suite, une synthèse des réponses fournies par chacun des enfants à chacune des questions d'entrevue a été effectuée. Une approche similaire a été employée pour analyser les commentaires des parents endeuillés et ceux de la travailleuse sociale. Les réponses ont été retranscrites textuellement pour ensuite être analysées selon une analyse de contenu, et en dernier lieu, une synthèse des propos a été rédigée. Le choix des modifications à effectuer à l'histoire a ensuite été déterminé par accord interjuges avec la directrice de thèse.

#### Considérations éthiques

Cette étude a été approuvée par le comité d'éthique de la recherche de l'Université du Québec en Outaouais (UQO) ainsi que par le chef de service du CSSS de Laval (Appendices J et K).

Des efforts ont été déployés afin que les participants consentent de façon libre et éclairée à participer à cette étude. Les renseignements sur le but et le déroulement de l'étude, la confidentialité, les risques et les gains associés ont été fournis par la chercheuse en toute franchise. Afin d'éviter d'induire une pression sur les personnes recrutées, celles-ci étaient approchées d'abord par l'entremise d'une lettre informative. Seules les personnes intéressées avaient à se mobiliser pour écrire un courriel ou laisser un message vocal à la chercheuse afin de manifester leur intérêt. Les personnes intéressées étaient ensuite contactées par la chercheuse pour leur fournir de plus amples informations sur l'étude. Les parents bénéficiaient ensuite d'un temps de réflexion pour discuter du projet avec leur enfant et décider s'ils avaient envie ou non de participer. La chercheuse s'est assurée que l'assentiment de l'enfant ait été obtenu par chacun des parents ayant accepté de participer. Tous les parents ont consenti, avant que la rencontre de groupe n'ait lieu, à ce que leur enfant participe à l'étude. Avant qu'il n'aient reçu l'envoi postal, il a été recommandé aux parents de lire eux aussi le manuscrit afin d'être en mesure d'accompagner et de soutenir leur enfant s'il en manifestait le besoin. Il a également été demandé aux parents de mentionner à leurs enfants

que celui-ci pouvait lire le livre à son rythme, prendre des pauses si nécessaire ou interrompre la lecture en tout temps au besoin.

Pendant l'entretien avec les enfants, des mesures ont été prises afin de respecter les besoins des participants et limiter les inconvénients associés. Lorsqu'elle sentait qu'un enfant était ému, l'intervenante du CSSS de Laval, cessait momentanément toute investigation afin de refléter et valider l'émotion exprimée. Elle s'assurait d'être soutenante en offrant une écoute et en normalisant les réactions de l'enfant. Ainsi, à un moment lors duquel l'intervenante a eu l'impression qu'un enfant semblait ressentir de la tristesse, celle-ci a pris soin de laisser place à l'émotion bien que l'enfant ait nié se sentir triste ou avoir besoin d'une pause. Les enfants avaient été informés qu'ils n'étaient pas obligés de répondre aux questions demandées s'ils n'en avaient pas envie.

Suite à la rencontre de groupe, un soutien psychologique, dispensé par l'intervenante du CSSS de Laval était disponible aux enfants s'ils en avaient besoin, sans frais, immédiatement après la rencontre, ou ponctuellement par la suite si nécessaire. D'après le jugement clinique de cette intervenante d'expérience, aucun des enfants interrogés n'a semblé éprouver de détresse ou avoir besoin d'un soutien après l'entrevue. Les familles qui souhaitaient obtenir davantage de soutien dans leur processus de deuil étaient orientées vers les services du CSSS de Laval.

Plusieurs mesures ont été prises afin d'assurer l'anonymat des participants et la confidentialité des données recueillies. L'enregistrement audio, les transcriptions de l'entrevue, les commentaires écrits des parents, ainsi que les notes de la chercheuse sont conservés dans une filière verrouillée du Groupe McGill d'études sur le suicide. Le fichier informatisé contenant le verbatim de l'entrevue n'est accessible qu'avec un mot de passe et seule la chercheuse y a accès. Le CD audio sera détruit suite à l'évaluation du présent essai doctoral. Les données et documents de l'étude ne contiennent aucune information nominative et sont identifiés par un code attribué à chacun des participants. Seule la chercheuse connaît la correspondance entre l'identité du participant et le code assigné.

### 2.5.2 Étape 10: modifications finales au manuscrit (version 4)

L'outil bibliothérapeutique a été révisé à nouveau. Des modifications mineures ont été effectuées en fonction des commentaires recueillis à l'étape 9.

### 2.6 Soumission de l'outil bibliothérapeutique à une maison d'édition

À la suite de la correction du présent essai doctoral, l'outil bibliothérapeutique sera soumis à une maison d'édition afin d'être publié et accessible au grand public.

## CHAPITRE III

### RÉSULTATS

#### 3.1 Étape 1 : recension des livres jeunesse ré effectuée

Tout d'abord, soixante-huit documents ont été répertoriés par le catalogue Iris de la Bibliothèque et archives nationales du Québec (recherche ré effectuée le 29 mai 2012). De ce nombre, vingt-neuf livres sont des romans dans lesquels le suicide n'est pas l'élément central de l'histoire (ex. romans policiers, romans d'aventure, etc.), six sont des documentaires, et trois sont des pièces de théâtre. Dix-neuf documents portent sur des comportements suicidaires (ex. idéations suicidaires, tentatives de suicide). Un roman est centré sur le suicide de la fratrie (Mazard, 2008) et cinq sur le suicide d'un ami (Arnaud, 2000 ; Desrosiers, 2005 ; Lee, 2011 ; Pouchain, 2010 ; Sasson, 2004).

Par la suite, trois documents ont été trouvés (recherche ré effectuée le 29 mai 2012) par l'entremise du guide info-famille du CHU Sainte-Justine (Gagnon *et al.*, 2009). Deux des trois documents sont des ouvrages qui n'avaient préalablement pas été répertoriés via le catalogue Iris de la Bibliothèque et archives nationales du Québec (Montardre, 1992 ; Nadon, 2006).

En résumé, cette mise à jour de la récession des livres jeunesse met en lumière, que parmi soixante-dix documents, seulement six histoires portent principalement sur le deuil parental par suicide (Bienne, 2011 ; Chalifour, 2006 ; Lenain, 2005 ; Montardre, 1992 ; Nadon, 2006 ; Rossignol, 2010) excluant le livre déjà répertorié en 2008 (Raimbault, 2005).

Bien qu'ils soient divertissants, ces livres comprennent certaines failles au plan bibliothérapeutique. Certaines histoires sont fantaisistes et peu réalistes. La plupart sont

monothématiques, c'est-à-dire qu'elles se centrent sur un seul thème central du deuil, comme par exemple, le secret familial, ou le choc ressenti dans les premières semaines suivant l'annonce du décès. L'éventail des réactions de deuil est donc rarement exploité dans son ensemble. En général, la communication parent-enfant et les principaux stressors rencontrés par l'endeuillé sont peu représentés. Aucun de ces ouvrages n'offre de recommandations ou d'informations pour des adultes. En fait, aucun de ces livres ne semble avoir été conçu spécifiquement pour des fins d'intervention. Ces données confirment donc l'observation faite en 2008, à l'effet qu'il est pertinent de créer un outil de bibliothérapie pour les enfants endeuillés d'un parent à la suite d'un suicide.

*On est pas des oiseaux* (Bienne, 2011) porte sur le resserrement du lien frère-sœur dans l'adversité familiale. D'abord confrontés à l'absence du père, puis à la dépression de la mère, les enfants devront faire face au suicide maternel. Laissés à eux-mêmes, ils s'évaderont dans un monde irréel jusqu'au retour à la réalité, c'est-à-dire l'arrivée de la police et le retour du père avec une autre femme.

*Le fil du pendu* (Chalifour, 2006) dresse un portrait réaliste des réactions de deuil d'un jeune de 15 ans au cours de la première année suivant le suicide paternel. Les réactions de deuil du petit frère y sont abordées en second plan. Il s'agit d'une histoire autobiographique, qui plonge le lecteur dans la douleur émotionnelle et dans l'adolescence. Avec le temps, le soutien des proches et la découverte d'une note laissée par son père, l'endeuillé se sentira mieux. À la fois dur et humoristique, le récit s'adresse à un lecteur adolescent avancé et au jeune adulte.

*Julie capable* (Lenain, 2005) est un livre imagé destiné aux jeunes enfants. Le personnage éprouve des difficultés scolaires et s'intègre mal aux autres élèves tellement elle est maladroite, renfermée, et mal dans sa peau. Au cimetière, elle fait la connaissance de chats imaginaires qui l'aideront à se départir du chagrin et de la culpabilité liée au suicide de sa mère. La confiance en soi reviendra par la suite, bien que la tristesse ne soit pas complètement disparue.

*Au bout du cerf-volant* (Montardre, 1992) est un roman commençant par la description du vécu d'un garçon de 10 ans endeuillé de son père qui s'est suicidé et qui se voit

confronté à une nouvelle école et à la dépression de sa mère. Inspiré par un cerf-volant, le personnage fuit vers un monde fantaisiste et doux sur lequel se pose ensuite le reste de l'histoire.

*Ma maman du photomaton* (Nadon, 2006) est une histoire brève et illustrée pour le jeune enfant, qui porte sur les souvenirs nostalgiques et l'idéalisation d'une fillette endeuillée de sa mère qui s'est suicidée. L'auteure aborde également l'impuissance ressentie par l'enfant avant le décès, l'intériorisation du défunt et la continuité de la vie.

*Il faut rester tranquille* (Rossignol, 2010) explore surtout la quête du secret familial pendant les premières semaines du deuil. L'enfant fait face à l'immense inconfort des adultes qui n'ont pas envie de répondre à ses questions relativement à la nature du décès de son père. Le suicide paternel, annoncé au deux tiers de l'histoire, se fera suite à l'intervention d'un thérapeute, ce qui déclenchera une grande colère chez l'enfant à l'égard de sa mère.

## 3.2 Étape 2: entrevues

### 3.2.1 Entrevues auprès d'experts en santé mentale

Les entrevues menées auprès des intervenantes spécialisées en deuil infantile par suicide ont fourni plusieurs exemples concrets illustrant la manifestation des émotions de l'enfant à travers son quotidien (ex. colère, découragement, peurs, nostalgie, manque, culpabilité, regrets). Des réactions typiques lors de situations sociales plus exigeantes sur le plan émotionnel ont été décrites (ex. funérailles, retour à l'école, fête des pères). L'importance des objets transitionnels liés au défunt a été soulignée de même que la préférence des enfants pour certains objets selon leur âge et leur sexe. Ainsi, plusieurs exemples de cas et anecdotes ont été partagés par les intervenants. Des dessins d'enfants endeuillés ainsi que des lettres écrites par ceux-ci, à leur défunt parent, ont été consultés tout en préservant l'anonymat des sujets. Cela a permis à la chercheuse de mieux s'imprégner du vécu et du ressenti des enfants endeuillés. Jusqu'à présent, la lecture d'articles scientifiques ne permettait pas à l'étudiante d'atteindre ce niveau de conscience qui est nécessaire pour favoriser les processus sous-jacents à la bibliothérapie (Berns, 2003 ; Hebert et Furner, 1997 ; Morawski, 1997).

Tel que documenté par les études portant sur le deuil, les intervenants ont souligné combien l'ajustement du parent endeuillé est une variable particulièrement importante par rapport au cheminement de deuil de l'enfant. Se sentir autorisé à extérioriser toute interrogation et émotion négative favoriserait un processus de deuil normal. La chercheure a été sensibilisée à certains enjeux vécus par les parents endeuillés (ex. recevoir la colère de son enfant relativement à l'initiation de la séparation conjugale, se sentir abandonné sur le plan parental et amoureux par le conjoint, se mettre la pression de devoir toujours être disponible pour son enfant). La colère, une émotion faisant partie du processus de deuil normal, a été décrite comme étant souvent refoulée chez les enfants. Elle serait principalement manifestée inconsciemment par des signes d'agressivité et difficilement extériorisable en mots. Des exemples concrets de manifestations agressives reliées à une colère refoulée ont été partagés à l'étudiante. Contrairement à ce qui est souvent documenté dans la littérature scientifique, dans la population générale, peu d'enfants se représenteraient mentalement l'image liée à la scène du suicide. Les intervenantes ont souligné combien les jeunes endeuillés investissent une image positive et suridéalisée de leur défunt parent (ex. se remémorer seulement les qualités et les bons souvenirs du défunt). L'anxiété (peur du noir, peur des phénomènes paranormaux, peur qu'une autre personne meure) a été identifiée comme étant couramment rencontrée auprès de cette population. Plusieurs exemples de peurs, tirés de la vie de tous les jours, ont été partagés à la chercheure. Les intervenantes ont également expliquées à l'étudiante comment restructurer certaines croyances anxiogènes qu'ont les enfants endeuillés par suicide. Peu d'informations avaient été répertoriées à cet effet dans la littérature.

Des besoins et des objectifs d'intervention thérapeutique fréquemment rencontrés par les expertes en deuil par suicide, dans leur pratique, ont été identifiés. Cela a sensibilisé la chercheure à mettre une emphase particulière aux éléments suivants lors de l'écriture du premier jet de l'histoire : éduquer l'enfant face au suicide et au processus de deuil, extérioriser les émotions liées au deuil, restructurer les pensées anxiogènes de l'enfant anxieux, offrir de la rassurance, rebalancer l'image idéalisée du défunt parent vers une image plus saine, envisager certaines interactions avec les pairs, restructurer la culpabilité et les regrets.

### 3.2.2 Entrevue auprès d'un parent endeuillé

Plusieurs recommandations ont été émises par l'endeuillée interrogée afin de favoriser une meilleure adaptation au processus de deuil du parent et de l'enfant.

Le réseau social serait d'une grande importance afin d'obtenir de l'aide et éviter de sombrer dans les affects dépressifs plus souvent rencontrés dans des périodes de solitude ou d'isolement. Une compréhension des aller et retour du processus de deuil aurait un effet rassurant, plus particulièrement en périodes de stagnation ou de recul lorsque l'endeuillé se sent découragé et désespéré par l'intensité de la souffrance émotionnelle. Le développement de meilleures connaissances relativement au suicide et la dépression allégerait l'intensité de la colère liée à l'acte suicidaire et aux sentiments d'abandon. Avoir une meilleure compréhension de la présence des troubles de santé mentale, dont la dépression qui est souvent associés au passage à l'acte suicidaire, permettrait à l'endeuillé de mieux comprendre le sens du geste suicidaire, et pourrait faciliter la quête de sens. Tout comme l'enfant, le parent endeuillé ressent lui aussi l'angoisse de perdre à nouveau une personne aimée et craint la répétition d'un autre geste suicidaire. En période de désorganisation chez le parent endeuillé, on peut constater chez l'enfant, une tendance inconsciente à réprimer certains affects pour préserver le parent. Une amélioration du fonctionnement parental autoriserait en quelque sorte l'enfant à extérioriser ses affects négatifs. La conscientisation aux répercussions positives et protectrices que peut engendrer le parent endeuillé en étant un bon modèle de deuil, pourrait redonner un certain sentiment de contrôle et de sécurité au parent inquiet. Par le fait même, cela contribuerait à augmenter la motivation à aller vers des ressources et à s'occuper de soi.

Lors de moments de bonheur, refléter à l'enfant combien l'intensité de la douleur affective est moindre ou absente, pourrait aider à redonner espoir. Ce constat positif pourrait toutefois déclencher la culpabilité de se sentir bien sans la présence du défunt. Quel que soit leur âge, les enfants s'ennuient de leur parent décédé, plus particulièrement lors des moments de réussite. Les moments de cohésion familiale faciliteraient les réminiscences collectives du défunt. Les souvenirs ravivés peuvent être porteur de sentiments très positifs, créant en quelque sorte, un baume sur la blessure affective des membres de la famille. Développer un

champ d'intérêt de l'être aimé serait une façon, chez certains enfants, de s'identifier au défunt, tout en portant en soi l'héritage familial d'une passion. Se reconnecter sur des projets et des loisirs aurait une influence positive sur le bien-être du parent et de l'enfant endeuillé.

### 3.2.3 Entrevue auprès d'une auteure québécoise spécialisée en littérature jeunesse

En littérature jeunesse, une démarche de travail est à adopter dès la conception de l'histoire. Préalablement à l'écriture de l'histoire, plusieurs aspects sont établis, tels que: le sujet de l'histoire, le péripiéties, les périodes de motivation et de découragement, les obstacles rencontrés, et la temporalité du récit (ex. un mois, un an, une saison). Une croissance au niveau de la hiérarchie des péripiéties est installée tout au long de l'histoire. De plus, on retrouve fréquemment un enjeu spécifique campé dans l'ensemble des chapitres. L'auteure peut concevoir un dénouement soit polarisé positivement ou négativement (ex. tout se termine bien, ou tout se termine mal) ou alors modéré (ex. l'histoire se termine avec des éléments positifs et avec des éléments négatifs).

Le style d'écrire doit correspondre au public cible (ex. niveau de langage, vocabulaire, métaphores, longueur des phrases, ton des personnages). Une diversification de la personnalité des personnages est à concevoir. La longueur des chapitres est relativement constante et adaptée au public cible, tout comme la longueur du récit. Le titre des chapitres et de l'histoire sont annonciateurs sans toutefois être trop révélateurs. L'ouvrage créé doit être innovateur et apporter une certaine contribution par rapport à ce qui se trouve sur le marché.

### 3.3 Étape 3 : Établissement des personnages, aspects psychologiques, et de la trame du scénario de l'histoire

Le thème exploité par la présente l'histoire est le processus de deuil à la suite d'un décès parental par suicide. Elle comporte plusieurs buts, tels que: décrire l'évolution du processus de deuil d'un enfant à travers son quotidien, définir correctement certains termes (ex. suicide, mort, deuil, anniversaire du décès), présenter des stratégies d'adaptation utilisées chez l'enfant endeuillé, offrir un modèle parental adéquat, et redonner espoir.

### 3.3.1 Public cible

Le canevas de l'histoire a été principalement conçu pour un lecteur enfant âgé de 9 à 12 ans, endeuillé de l'un de ses parents à la suite d'un suicide. Nous souhaitons toutefois que le lecteur adulte puisse également tirer profit de la lecture, en observant notamment les échanges présentés entre le personnage principal et les adultes de l'histoire.

### 3.3.2 Personnages principaux

Le choix des personnages a été conçu afin de correspondre autant que possible aux connaissances scientifiques dans le domaine.

Samuel, le personnage principal est un garçon de 11 ans. Le sexe masculin a été choisi en raison de la difficulté qu'ont les garçons à s'exprimer émotionnellement comparativement aux filles (Silverman et Worden, 1992 ; Worden, 1996). Nous espérons ainsi favoriser une identification et une normalisation des affects auprès de cette population endeuillée. L'âge du personnage a été déterminé à 11 ans, car la période de latence est une période plus calme dans le développement de l'enfant. En effet, les enfants endeuillés de cette tranche d'âge sont moins susceptibles d'attirer l'attention du parent, comparativement aux jeunes enfants ou aux adolescents. De plus, à cet âge, les enfants détiennent une compréhension mature du concept de mort (Lonetto, 1988 ; Nagy, 1948). Comparativement aux jeunes enfants, ceux-ci ont une meilleure capacité à élaborer leurs pensées, ce qui favorise une exploration plus en profondeur de certains aspects du deuil à travers l'histoire. Cet âge permet également d'exploiter le thème du passage à l'école secondaire, une transition importante chez le préadolescent.

Le personnage de Laurence, la sœur cadette de Samuel, âgée de 6 ans, a été créé afin d'illustrer certaines réactions de deuil chez le plus jeune enfant. Pour mieux correspondre à la réalité et ainsi favoriser un processus d'identification chez le lecteur, le parent décédé par suicide dans cette histoire est le père. En effet, les statistiques indiquent que le décès par suicide est plus fréquemment commis par des hommes (Gagné et Légaré, 2011 ; Statistique Canada, 2012). On peut ainsi supposer que l'on retrouve un plus grand nombre d'enfants endeuillés de leur père que de leur mère. Bien qu'il y ait un indice élevé de psychopathologie

chez les adultes endeuillés d'un conjoint ou d'un ex-conjoint par suicide (Constantino, Sekula et Rubinstein, 2001 ; Demi, 1984 ; Farberow *et al.*, 1992 ; Pfeffer *et al.*, 1997), dans cette histoire, le personnage de la mère n'en présente pas. La fonction du personnage de la mère est de projeter une image saine avec des propos pédagogiques et soutenant. Ce personnage a été conçu afin d'occuper une fonction psychopédagogique et restructurante pour l'enfant endeuillé. De plus, il présente un modèle pour le lecteur adulte (parent endeuillé, enseignant, intervenant) qui désire obtenir des exemples concrets de verbatim pour mieux soutenir l'enfant endeuillé.

### 3.3.3 Histoire et éléments psychothérapeutiques

L'histoire se déroule sur une période d'environ un an et demi suivant le décès. Cette temporalité permet de couvrir l'ensemble des phases du processus de deuil, du choc à la réorganisation. Les péripéties se déroulent la plupart du temps dans le quotidien de l'enfant, c'est-à-dire à la maison et à l'école. Un tableau regroupant les différents aspects psychologiques traités à chacun des chapitres a été conçu avant l'étape de rédaction de l'histoire.

Tableau 3.1

## Présentation des thèmes et aspects développés à chaque chapitre

Chapitres	Thématique du chapitre	Aspects
Chapitre 1	Présentation des personnages et de la situation familiale.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stress et tensions ressenties à travers le quotidien</li> <li>- Impatience parentale</li> <li>- Chercher à prendre un rôle d'adulte</li> <li>- La désorganisation dans la maison</li> <li>- Réminiscences du défunt</li> <li>- Objets transitionnels</li> </ul>
Chapitre 2	Réminiscences de l'annonce du décès à l'école.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inattentions en classe</li> <li>- Idéalisation du défunt</li> <li>- Définition du mot <i>suicide</i></li> <li>- L'annonce du décès, le choc</li> <li>- Dénier</li> <li>- Tristesse</li> <li>- Réminiscences du défunt</li> </ul>
Chapitre 3	Réactions de deuil chez la mère et la petite sœur, réminiscences du défunt.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Symptôme maternel dépressif</li> <li>- Crise chez le jeune enfant</li> <li>- Objet transitionnel</li> <li>- Définition du mot <i>mort</i></li> <li>- Réactivité de l'aîné face aux réactions de deuil du jeune enfant</li> <li>- Réminiscences du défunt</li> <li>- Perte d'intérêt</li> <li>- Cohésion familiale</li> <li>- Culpabilité liée aux moments de bonheur</li> </ul>
Chapitre 4	Réminiscences des funérailles en classe.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salon funéraire et décorum</li> <li>- Hyperactivité du jeune enfant</li> <li>- Dénier</li> <li>- Contact avec le corps du défunt</li> <li>- Se sentir démuné face à la tristesse d'autrui</li> <li>- Soutien de l'école</li> <li>- Absentéisme scolaire</li> <li>- Retour en classe</li> </ul>
Chapitre 5	Anxiété pendant la nuit.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Soutien social de la mère</li> <li>- Tabou, non-dits, secrets liés au suicide</li> <li>- Cauchemar</li> <li>- Peurs dans le noir</li> <li>- Tristesse</li> <li>- Anxiété face à la tristesse maternelle</li> <li>- Avoir peur que le parent endeuillé se suicide</li> <li>- Modeling; comment rassurer l'enfant qui a peur que son parent endeuillé se suicide</li> <li>- Hypervigilance</li> <li>- Cohésion familiale</li> </ul>
Chapitre 6	Agressivité à l'école et préoccupations scolaires.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dévalorisation</li> <li>- Inattentions</li> <li>- Susceptibilité face à une allusion liée au défunt</li> <li>- Agressivité, impulsivité, colère</li> <li>- Soutien des pairs</li> <li>- Motivation et efforts scolaires</li> <li>- Anxiété scolaire</li> <li>- Réminiscences du défunt</li> <li>- Comparaisons père-mère</li> <li>- Mutisme, besoin d'être seul</li> <li>- Vouloir protéger le parent endeuillé</li> </ul>

Chapitre 7	Anxiété lorsque se retrouve seul à la maison.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hypervigilance</li> <li>- Peur de phénomènes paranormaux (fantômes)</li> <li>- Anxiété de séparation</li> <li>- Peur d'un accident</li> <li>- Catastrophisation</li> <li>- Colère</li> <li>- Imagination</li> </ul>
Chapitre 8	Vivre une réussite importante sans pouvoir la partager avec le défunt.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ressentir l'absence du défunt</li> <li>- Sentiment d'injustice</li> <li>- Envier les autres</li> <li>- Persévérance et reconnaissance scolaire</li> <li>- Entretenir une connexion mentale avec le défunt</li> <li>- Rivalité entre la fratrie</li> <li>- Craintes liées au passage au secondaire</li> <li>- Reconnaissance maternelle</li> <li>- Définition du mot <i>deuil</i></li> <li>- Tristesse</li> <li>- Soutien thérapeutique pour la mère</li> </ul>
Chapitre 9	Éprouver le manque et la solitude. Être irritable et colérique avec sa mère.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Opposition</li> <li>- Solitude</li> <li>- Déception</li> <li>- Sentiment de manque</li> <li>- Irritabilité, colère</li> <li>- Tensions conjugales, divorce</li> <li>- Deuil, douleur émotionnelle</li> <li>- Rassurance, affection maternelle</li> <li>- Loisirs</li> </ul>
Chapitre 10	Nouveautés; passage au secondaire et découverte d'un nouvel intérêt. Être très en colère contre soi-même, parler de ses regrets à sa mère.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inquiétudes liées au passage au secondaire</li> <li>- Se préparer à répondre aux questions des pairs sur la mort et le suicide du père</li> <li>- Découragement, dévalorisation</li> <li>- Colère, agressivité</li> <li>- Apprendre quelque chose de nouveau au sujet de son père</li> <li>- Avoir l'impression de ne pas avoir été un bon enfant</li> <li>- Regrets</li> <li>- Amour</li> <li>- Recherche de sens</li> <li>- Dépression</li> <li>- Suicide</li> <li>- Vouloir préserver le parent endeuillé</li> <li>- Soutien maternel</li> </ul>
Chapitre 11	L'entrée à l'école secondaire. Apprendre que sa mère a un compagnon.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'entrée à l'école secondaire</li> <li>- Amis</li> <li>- Parler du suicide parental aux amis</li> <li>- Nouvelle fréquentation de sa mère</li> <li>- Anxiété de séparation</li> </ul>
Chapitre 12	Les aller-retour du processus de deuil; vivre une "rechute" émotionnelle.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Effectuer une tâche du père</li> <li>- Nostalgie</li> <li>- Comparaison avant-maintenant</li> <li>- La vie qui continue</li> <li>- Colère envers le défunt</li> <li>- Tristesse</li> <li>- Découragement, désespoir</li> <li>- Douleur émotionnelle ravivée</li> <li>- Ressentir une rechute dans le processus de deuil</li> </ul>

*Chapitre 13	Le premier anniversaire du décès	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Définition de l'expression <i>anniversaire du décès</i></li> <li>- Cohésion familiale</li> <li>- Identification au défunt</li> <li>- Partage de souvenirs du défunt</li> <li>- Qualités et défauts du défunt</li> <li>- Amour</li> <li>- Normalisation de la difficulté à détecter les signaux de détresse du défunt</li> </ul>
Chapitre 14	Le deuxième Noël en famille.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Craindre que le parent endeuillé meure</li> <li>- Réactivité face aux maladresses de sa petite sœur</li> <li>- Modeling: comment rassurer l'enfant qui a peur que son parent meure</li> <li>- Compagnon de la mère abordé avec les enfants</li> <li>- S'occuper d'une tâche pour aider sa mère</li> <li>- Comparaison 1<sup>er</sup> Noël - 2<sup>e</sup> Noël</li> <li>- Remarquer que son parent endeuillé se porte mieux</li> </ul>
*Chapitre 15	Rencontrer le compagnon de sa mère pour la première fois.  Routine et activité sportive.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rencontrer le compagnon de sa mère pour la 1<sup>ère</sup> fois</li> <li>- Comparer son père à un autre homme</li> <li>- Observer des signes de tendresse entre sa mère et un autre homme</li> <li>- Divorce, désir de réunion</li> <li>- Un autre homme occupe la place du père</li> <li>- Routine, activité sportive</li> <li>- Modeling: comment parler du compagnon après l'avoir présenté à ses enfants</li> <li>- Le père qui restera toujours important pour la mère</li> </ul>
Chapitre 16	La Fête des pères.  Anticiper une performance devant une audience.  Devoirs et étude.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Somatisation</li> <li>- Se sentir différent des autres</li> <li>- Être stressé de performer devant une audience</li> <li>- Lettre à son père; regrets, reproches, frustration-ennui, présence, accomplissements</li> <li>- Étude, motivation scolaire</li> <li>- Projets d'été anticipés</li> </ul>
Chapitre 17	Montrer son talent devant une audience.  Rétrospective de l'année.  Processus de deuil; analogie du bateau.  Envisager passer de belles vacances en bonne compagnie.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cohésion familiale</li> <li>- Anxiété de performance</li> <li>- Rétrospection de son année</li> <li>- Cheminement du processus de deuil</li> <li>- Stratégies d'adaptation, d'autorégulation</li> <li>- Euphorie amoureuse</li> <li>- Entretenir une connexion mentale avec le défunt, ressentir sa présence</li> <li>- Sentiment de réussite</li> <li>- Valorisation</li> <li>- Projets d'été, activités</li> <li>- Ressentir un malaise par rapport au compagnon de sa mère</li> </ul>

\* : Chapitres ajoutés à l'étape 6

### 3.4 Étape 4 : Rédaction de l'histoire (version 1)

Une première version de l'histoire a été rédigée. Plusieurs aspects psychologiques y ont été intégrés. Le quotidien de l'enfant endeuillé et sa famille y est présenté le plus adéquatement possible. Au cours de cette démarche, l'étudiante s'est efforcée d'optimiser l'émergence des processus thérapeutiques sous-jacents à la bibliothérapie (identification, engagement émotionnel et intégration) en faisant référence à des thèmes, émotions et situations de la vie courante susceptibles de toucher le jeune endeuillé tout au long de la lecture. Des notions théoriques reliées au deuil, ainsi que des stratégies d'adaptation ont été insérées à l'histoire afin de favoriser une meilleure compréhension du processus de deuil et offrir des stratégies pour outiller le lecteur.

### 3.5 Étape 5 : Soumission du manuscrit (version 1) à trois collaborateurs et collecte des commentaires par l'entremise d'une entrevue semi-structurée. Synthèse et analyse des commentaires reçus.

À cette étape-ci, trois participants ( $n = 3$ ) qui avaient lu la première version du manuscrit, ont transmis leurs commentaires à la chercheuse par l'entremise d'une entrevue semi-structurée. L'échantillon de répondant était constitué de: une travailleuse sociale qui anime des groupes de thérapie pour les familles endeuillées par suicide au CSSS de Laval depuis 5 ans, une psychologue spécialisée en enfance et en suicidologie depuis près de 15 ans, et une auteure québécoise ayant publié plus de seize romans jeunesse. L'analyse des commentaires recueillis par cette évaluation stratégique a notamment fait ressortir la pertinence d'insérer une mise en garde aux lecteurs, laquelle les aviserait du mandat de l'histoire ainsi que la possibilité que diverses émotions et questions soient soulevées au fil de la lecture. En ce qui concerne les aspects théoriques, plusieurs suggestions ont été émises, tel qu'indiqué ici-bas.

1. Développer davantage les explications relatives à la mort et au deuil, tout en les normalisant. La psychoéducation concernant la mort et le deuil est une composante importante en thérapie de deuil (Elder et Knowles, 2005 ; Mitchell *et al.*, 2007 ; Murray, Lake et Séguin, 2001).

2. Reformuler certaines explications relatives au suicide. Les spécialistes recommandent de communiquer à l'enfant des informations adéquates relativement au suicide (Goldman, 1996 ; Mitchell *et al.*, 2006 ; Saldinger, Porterfield et Cain, 2004 ; Worden, 1996).
3. Fournir plus d'explications relativement au salon funéraire. Les cérémonies aident l'enfant à assimiler la perte et elles nécessitent une guidance de la part de l'adulte (Fristad *et al.*, 2000 ; Nickman, Silverman et Normand, 1998 ; Saldinger, Porterfield et Cain, 2004).
4. Exploiter davantage le phénomène d'anxiété liée aux résultats scolaires. La diminution de la concentration est une réaction de deuil qui peut entraîner des difficultés scolaires et induire une anxiété chez l'élève endeuillé (Fristad *et al.*, 1993 ; Sethi et Bhargava, 2003 ; Worden, 1996).
5. Mieux éduquer le parent lecteur quant à la gestion de la colère de l'enfant. La colère est une émotion plus fréquemment rencontrée chez les enfants endeuillés à la suite d'un suicide (Cerel *et al.*, 1999 ; Dalke, 1994 ; Pfeffer *et al.*, 2002).
6. Inviter plus fréquemment les enfants de l'histoire à poser leurs questions à propos du deuil au personnage de la mère. Une communication parent-enfant positive et ouverte favorise de meilleures issues au processus de deuil (Haine *et al.*, 2006 ; Nickman, Silverman et Normand, 1998 ; Silverman *et al.*, 2003 ; Silverman et Nickman, 1996).
7. Exploiter davantage la notion de changement. La phase de réorganisation (Bowlby, 1961 ; Bowlby, 1980) s'installe progressivement tout au long du processus de deuil et elle procure espoir à l'endeuillé qui constate que l'intensité de la souffrance diminue (Fauré, 2007 ; Worden, 2009).
8. Mieux doser l'arrivée de l'amoureux de la mère dans l'histoire et ajouter une discussion mère-fils à cet effet. Les spécialistes recommandent de préparer

l'enfant à l'arrivée d'un nouveau conjoint afin de favoriser une adaptation positive (Larouche, 2002).

Au niveau de la forme, il a été recommandé de relever le niveau du langage de l'histoire et d'uniformiser les temps de verbe tout en retravaillant certaines structures de phrases. L'usage de métaphores additionnelles a été encouragé. Les personnages ont été qualifiés comme étant attachants.

### 3.6 Étape 6 : modifications au scénario (version 1) et ajout des sections *Mot aux lecteurs* et *Informations aux parents et aux intervenants*

#### 3.6.1 Mot aux lecteurs

Tel que recommandé à l'étape 5, une section *mot aux lecteurs*, précédant l'histoire, a été insérée au manuscrit. Elle comporte une note destinée au lecteur enfant et parent, concernant : les visées de l'histoire, un avertissement quant à la possibilité d'un éveil émotionnel, et certaines ressources afin d'obtenir du soutien.

#### 3.6.2 Histoire

Concernant l'histoire de la relation amoureuse de la mère, elle a été introduite plus doucement et soulignée au travers quelques chapitres. Un chapitre a été ajouté (chapitre 15) afin de bien présenter les enjeux relatifs au premier contact entre l'enfant et le compagnon amoureux de sa mère. De plus, le chapitre 13 a été ajouté à l'histoire afin d'aborder le premier anniversaire du décès, une étape qui peut être difficile pour les endeuillés (Gabriel, 1992 ; Jacobs *et al.*, 1987). Bien qu'il soit essentiellement positif, le dénouement de l'histoire a été modéré afin d'être plus représentatif de la réalité. Ainsi, le personnage principal prévoit passer un bel été, mais il appréhende toutefois la présence du compagnon de sa mère.

En ce qui concerne le contenu théorique, des explications relativement à la mort, le deuil, le salon funéraire et le suicide ont été ajustées. L'anxiété scolaire a été exploitée davantage. Le personnage de la mère invite plus fréquemment ses enfants à la consulter. Quelques comparaisons entre la vie d'avant le décès et celle de maintenant ont été insérées. Toutefois, la colère n'a pas été exploitée davantage. Étant donné que l'histoire présente

plusieurs façons saines d'extérioriser la colère, nous croyons que la gestion parentale des crises de colère s'éloignait du mandat principal. C'est pourquoi l'accent est mis sur la communication parent-enfant après une colère.

Les suggestions concernant la forme ont été appliquées (niveau du langage, temps de verbe, structures de phrases, métaphores).

### 3.6.3 Section informative pour le lecteur adulte

À ce stade-ci, une section d'informations destinées aux adultes a été rédigée et ajoutée à la fin de l'histoire. Une vulgarisation scientifique, en combinaison avec les observations d'intervenants spécialisés y sont présentées. Les objectifs visés sont les suivants : 1) informer l'adulte quant au développement de la compréhension du concept de mort, 2) présenter les réactions et les manifestations de deuil chez l'enfant, 3) sensibiliser l'adulte au cheminement émotionnel de l'enfant endeuillé d'un parent par suicide, 4) émettre des recommandations et des pistes d'intervention concrètes. Pour ce faire, dix rubriques informatives ont été rédigées: Le deuil, qu'est-ce que ça signifie? Qu'est-ce que les enfants comprennent de la mort? Comment réagissent-ils à la mort d'un être cher? Comment le travail de deuil s'effectue chez l'enfant? Faut-il annoncer le suicide à l'enfant ou lui cacher la vérité pour le protéger? Les enfants ont-ils leur place dans les cérémonies funéraires? Quelles sont les particularités du deuil parental suite à un suicide? Comment aider mon enfant? Quand peut-on considérer le deuil comme étant terminé? À qui m'adresser afin d'obtenir de l'aide?

### 3.7 Étape 7 : Soumission du manuscrit (version 2) à des collaborateurs et recueil des commentaires par l'entremise d'un questionnaire. Synthèse et analyse des commentaires reçus.

La deuxième phase de l'évaluation stratégique, conduite avec un échantillon de onze (n=11) répondants, a permis de préciser jusqu'à quel point les experts étaient en accord avec certaines dimensions de la version 2 de l'outil bibliothérapeutique. Les données recueillies par le questionnaire, ainsi que les commentaires manuscrits, ont été retranscrits et compilés dans un tableau (Appendice L). Un résumé synthèse des commentaires a ensuite été produit pour chaque rubrique.

### 3.7.1 Mot aux lecteurs

La section *Mot aux lecteurs* a été évaluée positivement (n = 11). Les principales suggestions qui ont été émises sont les suivantes: mentionner la possibilité de ralentir ou d'interrompre la lecture au besoin afin d'assimiler certaines interrogations ou émotions (n = 1), préciser que la mère de l'histoire est fictive et conçue pour offrir un modèle d'interactions avec l'enfant (n = 1), fournir les numéros de téléphone des ressources (n = 1).

### 3.7.2 Histoire-forme

Quelques répondants ont perçu la longueur du récit comme étant trop longue pour le public ciblé (n = 4). Simplifier le vocabulaire afin de rendre l'histoire plus accessible a fortement été suggéré (n = 6). La chronologie de l'histoire ainsi que les péripéties seraient réalistes (n = 10). Toutefois, les titres (n = 3) et le dénouement (n = 1) ne seraient pas assez captivant. Une intrigue reliant chacun des chapitres pourrait être insérée (n = 1).

### 3.7.3 Notions de deuil- réaction des personnages

Les réactions de deuil présentées par les personnages seraient réalistes et suffisamment complètes (n = 10). Toutefois, le mot *deuil* devrait être employé davantage et défini plus clairement (n = 2). Les réactions de la plus jeune enfant pourraient être développées davantage (n = 1). Une rétrospective de l'évolution et du cheminement de deuil pourrait être placée à la fin du récit (n = 1). Les périodes de *soleil* et celles de *tempête* ont été perçues comme étant un peu trop clivées (n = 1). Le contenu des explications de la mère relativement au deuil et au suicide semblait adéquat (n = 8). Par contre, les verbatims de celle-ci ont été perçus comme étant trop parfait (n = 3). La mère s'exprimerait comme le ferait une intervenante (n = 3). De plus, l'attitude du personnage principal serait immature pour un préadolescent (n = 2).

La plupart des répondants ont jugés que les enjeux principaux d'un deuil parental par suicide étaient présentés dans l'histoire (n = 7). Quelques ajouts ont été suggérés: faire référence à la méthode du suicide (n = 2), explorer le sentiment relié à l'acte de violence (n = 2), présenter davantage les réactions de deuil dans les premiers jours suivants l'annonce

du décès (n = 1), exploiter davantage les sentiments de gêne-honte et la difficulté à parler de l'acte suicidaire (n = 2). La charge émotionnelle ressentie lors de la lecture n'a pas été évaluée comme étant trop intense pour un enfant âgé de 9 à 12 ans (n = 8). Il a toutefois été suggéré d'alléger certains extraits de l'histoire (chapitres 7 et 13), lesquels portent respectivement sur l'anxiété et la colère (n = 2).

#### 3.7.4 Appréciation générale

L'histoire serait intéressante et plaisante à lire (n = 11). La plupart des répondants affirmaient s'être attachés aux personnages (n = 9) et avoir ressenti différents affects (n = 8) pendant la lecture. Cependant, aucun répondant n'a jugé que cette histoire était émotionnellement trop intense à lire.

#### 3.7.5 Informations aux parents et aux intervenants

La section informations aux parents et aux intervenants serait bien expliquée et agréable à lire (n = 9). Plusieurs suggestions ont été émises afin de bonifier les explications et recommandations présentées, en voici quelques exemples: offrir davantage d'exemples selon les stades développementaux, élaborer les informations relatives à l'adolescence, approfondir certaines explications relatives à l'annonce du suicide, mettre plus en évidence la recommandation aux parents de prendre soin de soi. Pour faciliter la lecture, certaines sous-sections gagneraient à être mieux structurées et réorganisées au niveau de l'ordre de présentation.

#### 3.7.6 Public cible

Selon les collaborateurs, cette histoire pourrait s'avérer être aidante pour l'enfant endeuillé (n = 11). Les effets positifs identifiés sont les suivants: normalise les réactions de deuil, met en mots l'expérience de deuil, aide l'enfant à mieux comprendre ses réactions, fournit des réponses aux interrogations, brise l'isolement, donne espoir et réconfort. Il est toutefois possible que la lecture de l'histoire ait des répercussions négatives chez certains enfants (n = 5). Bien entendu, des sentiments douloureux pourraient être ravivés. Toutefois, d'un point de vue thérapeutique, cela peut s'avérer positif (engagement émotionnel). Comme

cette histoire est fictive, il est possible aussi que le lecteur perçoive sa réalité comme étant différente de celle qui est présentée. Par exemple, un enfant pourrait observer que son parent endeuillé n'est pas aussi soutenant que ne l'est celui de l'histoire. Chez l'enfant qui n'est pas endeuillé, cette histoire pourrait éveiller une anxiété à laquelle il n'avait pas songé auparavant, celle que son parent s'enlève la vie (n = 3). Dans un autre ordre d'idée, l'histoire pourrait s'avérer aidante pour l'enfant qui désire mieux comprendre la réalité d'un ami endeuillé à la suite d'un suicide (n = 1).

À l'unanimité, les répondants ont trouvé que la lecture de cette histoire pouvait avoir des retombées positives pour le parent endeuillé (n = 11). Le personnage de la mère offrirait des modèles d'interactions et de verbatims utiles pour le parent endeuillé qui cherche à soutenir son enfant. Une meilleure compréhension du deuil et des réactions de l'enfant pourrait être engendrée par la lecture. Cela pourrait également avoir un effet normalisant et encourager le parent qui a besoin de soutien à se mobiliser. Par contre, chez certains parents endeuillés, l'histoire pourrait raviver une douleur émotionnelle et faire ressentir un sentiment d'incompétence ou de culpabilité face au modèle parental présenté. Somme toute, selon les répondants, la lecture de ce récit, par un enfant et un parent, pourrait favoriser une meilleure communication (n = 11).

De plus, l'histoire pourrait s'avérer être un outil d'intervention pertinent pour des intervenants (n = 10). Elle pourrait contribuer à développer la compréhension de l'intervenant (enseignant, travailleur social) au sujet du deuil et du suicide tout en apportant des pistes d'interventions et des exemples concrets facilitant la communication avec l'enfant.

### 3.8 Étape 8 : modifications au manuscrit (version 2)

La majorité des recommandations émises par les collaborateurs à l'étape 7 ont été effectuées. Pour des raisons spécifiques, certaines suggestions n'ont toutefois pas été appliquées. La justification de ces choix sera détaillée dans la présente section.

Il s'est avéré ardu d'ajouter une intrigue reliant chacun des chapitres puisque l'histoire se déroule sur une période d'un an et demi et que le thème principal est le deuil parental à la suite d'un suicide. Ajouter une intrigue aurait pu être captivant, mais par l'effet même, nuire

au mandat qui est de développer un outil d'intervention bibliothérapeutique. C'est pourquoi l'élément inséré pour relier les chapitres est léger. Il s'agit des brèves références faisant appel au personnage de *Jade*, la jeune fille dont le personnage principal est amoureux.

La méthode du suicide n'est pas divulguée dans l'histoire. Toutefois, un extrait mentionnant que le personnage principal en a été informé a été ajouté. Donner des détails relativement à une méthode de suicide peut induire un effet iatrogène (Dalke, 1994 ; Murray, Lake et Séguin, 2001 ; Séguin et Brunet, 1999). Par souci de ne pas induire d'images violentes chez le lecteur, aucun détail se rapportant à la méthode du suicide n'est présenté dans l'histoire. La section *informations aux parents et aux intervenants* comporte un paragraphe ajouté expliquant à l'adulte comment parler de la méthode du suicide à l'enfant qui désire en être informé. Des ajouts ont été effectués afin d'aborder plus en profondeur la gêne de parler de la mort et du suicide avec les pairs, tel que l'insertion d'une discussion mère-fils à cet effet au chapitre 10.

Le chapitre portant sur l'anxiété n'a pas été allégé tel que recommandé puisque l'anxiété est une réaction fréquemment rencontrée chez les enfants endeuillés (Cerel *et al.*, 1999 ; Pfeffer *et al.*, 2002 ; Riopel, 2006a ; Worden, 1996). Elle peut se présenter de différentes façons comme par : l'anxiété de séparation, la catastrophisation, la peur de perdre un autre proche, la peur que le parent endeuillé se suicide, la peur du noir et la peur des fantômes.

On retrouve, chez les endeuillés par suicide un indice élevé de blâmes, ainsi qu'un sentiment de rejet qui sont porteurs d'une colère à l'égard de l'être aimé (Barrett et Scott, 1990 ; McIntosh et Kelly, 1992 ; Reed et Greenwald, 1991 ; Silverman, Range et Overholser, 1994). Chez les enfants, la colère peut être reliée à différents reproches tels que la non recherche d'aide, les mensonges et le sentiment d'abandon (Cerel *et al.*, 1999 ; Dalke, 1994 ; Riopel, 2006a ; Silverman *et al.*, 2003). Au chapitre 12, le personnage évoque différents reproches à l'égard de son père et il remet en question la valeur qu'il avait pour son défunt parent. Nous sommes conscients que ce passage peut s'avérer être émotionnellement demandant à lire pour le jeune lecteur endeuillé. Toutefois, aucune phrase n'a été enlevée

pour en alléger la charge, car nous croyons que l'extrait met en mots des pensées et des affects couramment vécus lors d'un deuil par suicide pendant l'enfance.

3.9 Étape 9 : soumission du manuscrit (version 3) à une intervenante spécialisée ainsi qu'à une population d'enfants et de parents endeuillés. Collecte des commentaires par l'entremise d'une entrevue semi-structurée avec l'intervenante, un focus group avec les enfants, et un formulaire pour les parents. Synthèse et analyse des commentaires reçus.

### 3.9.1 Commentaires de l'intervenante spécialisée

Les commentaires transmis par la travailleuse sociale à propos de la version 3 de l'outil bibliothérapeutique ont été analysés (Appendice N). Selon celle-ci, l'équilibre entre le deuil et le quotidien de l'enfant serait adéquat. Les thèmes exploités à chacun des chapitres auraient leur pertinence. Cependant, les réactions de deuil du jeune enfant ne seraient pas suffisamment traitées dans l'histoire. La section *informations aux parents et aux intervenants* serait complète et bien formulée. Le style d'écriture correspondrait au public cible. Une lecture effectuée à voix haute par un adulte pourrait être suggérée aux enfants présentant une difficulté à lire ou à soutenir leur attention.

Le manuscrit semblerait être une ressource complète pour les enfants endeuillés d'un parent par suicide et leur parent endeuillé. De plus, il pourrait être recommandé à une population d'endeuillés plus large, telle que ceux endeuillés de leur deux parents par suicide ou d'un autre membre de la famille, tel que la fratrie. Les enfants âgés de plus de 12 ans pourraient aussi être intéressés par l'histoire puisqu'il est question du passage à l'école secondaire.

### 3.9.2 Commentaires des enfants endeuillés

Une analyse de contenu du verbatim de l'entrevue enregistrée sur bande audio, a été produite (Appendice O). D'après les enfants, la longueur du récit serait adéquate (n = 3). Les jeunes endeuillés se sont reconnus à travers le personnage principal (n = 3). Les personnages secondaires qui sont endeuillés peuvent également faire penser à certains membres de la famille (n = 2). Les interventions de la mère dans l'histoire pourraient ressembler à celles d'une intervenante (n = 1). Le chapitre 12, plus particulièrement lorsque le personnage

s'adresse au père, serait émotionnellement plus exigeant à lire (n = 3). Bien qu'elle ait éveillé en eux un affect de tristesse à certains moments, les enfants ont apprécié lire cette histoire (n = 3). Selon ceux-ci, l'histoire peut avoir plusieurs bienfaits tels que: aider à se sentir moins seul, aider à mettre en mots ce qu'ils ressentent, et sensibiliser leurs amis à leur vécu.

*Moi j'ai ben aimé ça parce que c'est vrai, ça représentait beaucoup comme, ce que j'ai vécu aussi. Faque je me reconnaissais beaucoup, comme souvent comme dedans là (...) Moi je pense qu'elle a bien réussi [l'auteure]. Ça représente pas mal à ce que tout le monde vit, ben pas tout le monde, mais moi ce que j'ai vécu en tout cas. Fille, 13 ans*

*Je trouvais ça plus intéressant que triste. À cause de la manière qu'y'était écrit, c'était intéressant. Garçon de 10 ans*

*Ça sort les émotions (...) J'me sentais moins seule, comme, comme quelqu'un qui me comprends (...) Ça fait faire des beaux rêves. Fille de 10 ans*

### 3.9.3 Commentaires des parents endeuillés

Les commentaires écrits des parents endeuillés (n=3), recueillis par l'entremise du questionnaire, ont été retranscrits et une analyse de contenu a été effectuée (Appendice O). Aucune mère n'a perçu que l'histoire avait négativement bouleversé son enfant. D'après celles-ci, leur enfant a apprécié l'histoire et s'est reconnu à travers le personnage (n = 3). La lecture de l'histoire a aidé les mères à mieux comprendre leur enfant (n = 3). Les informations aux parents seraient utiles et certains verbatims pourraient être employés dans la vie réelle (n = 2). La recommandation invitant le parent à prendre soin de lui peut s'avérer difficile à mettre en pratique lorsque l'enfant endeuillé présente une anxiété de séparation (n = 1).

*Dès le lendemain que nous avons reçu le livre, mon fils a commencé à le lire, et il se reconnaissait beaucoup à travers le personnage de Sam. Il en a lu la moitié en une journée et il a adoré. Mère du garçon de 9 ans*

*L'occasion ne s'est pas présentée [de discuter ensemble du deuil], mais ma fille m'a dit qu'elle avait aimé l'histoire, que cela lui faisait du bien de le lire. Elle n'a pas ressenti le besoin d'élaborer je crois. Mère de la fille de 13 ans*

*Ça m'a permis de discuter entre autre de sa colère envers le geste de son père alors qu'elle ne s'autorisait pas à la vivre et la reconnaître. La colère de Samuel exposée dans l'histoire lui a donné l'occasion d'admettre la sienne. Mère de la fille de 10 ans*

*J'ai réalisé comment [mon fils] pouvait se sentir lorsqu'il me voyait triste au début de mon deuil. La peur qu'il avait de me perdre aussi. Ceci m'a permis de voir la situation comme un enfant de 11 ans. Mère du garçon de 10 ans*

### 3.10 Étape 10: Modifications finales au manuscrit (version 4)

Suite à l'étape 9, des modifications mineures ont été apportées afin de produire la version finale du manuscrit (Appendice Q).

La travailleuse sociale, spécialisée en deuil par suicide, soulignait, à l'étape 9, que les réactions de deuil du jeune enfant n'étaient pas suffisamment traitées dans l'histoire. Le lecteur cible de l'histoire est l'enfant endeuillé âgé entre 9 et 12 ans. Par souci de susciter un processus d'identification au personnage principal, les réactions de deuil du préadolescent sont exploitées plus en profondeur, que celles du personnage de la sœur âgée de 6 ans. Les manifestations de deuil se présentent différemment selon le niveau développemental de l'enfant. Toutefois, les réactions de deuil du jeune enfant n'ont pas été exploitées davantage puisque l'objectif de travail consiste à créer un outil d'intervention spécifiquement pour les enfants âgés entre 9 et 12 ans.

À l'étape 9, l'un des parents rapportait qu'il peut être difficile de mettre en action les suggestions émises pour prendre soin de soi lorsque l'anxiété de séparation de l'enfant freine l'actualisation du parent. L'anxiété de séparation est souvent présente chez les enfants endeuillés (Cerel *et al.*, 1999 ; Riopel, 2006a ; Worden, 1996). Ce passage du texte a donc été modifié afin de rendre la recommandation plus réaliste et témoigner de l'empathie aux parents lecteur.

## CHAPITRE IV

### DISSCUSSION

La bibliothérapie est un mode d'intervention employé pour diverses problématiques (Amer, 1999 ; Heath *et al.*, 2005 ; Kazim, 2002 ; Kramer et Smith, 1998 ; Malchioldi et Ginns-Gruenberg, 2008 ; McNamee et Mercurio, 2006 ; Pardeck, 1991, 1996 ; Shechtman, 1999 ; Shechtman, 2006 ; Sullivan et Strang, 2002). Selon Berns (2003) elle comporte de nombreuses vertus et elle favorise la compréhension et l'expression de l'expérience émotionnelle.

Il existe une panoplie de livres bibliothérapeutiques qui portent sur le deuil (Berns, 2003 ; Corr, 2003a, 2003b, 2003c, 2007 ; Heath, 1986 ; Heath *et al.*, 2005 ; Johnson, 2003 ; Jones, 2001 ; O'Toole, 2005 ; Robinson, 2012). Toutefois, la recension des livres effectuée dans le présent essai doctoral indique, qu'actuellement, très peu d'ouvrages, en littérature jeunesse, portent sur le deuil parental à la suite d'un suicide. Nous avons constaté que la plus part des documents répertoriés n'exploitaient pas suffisamment toute la complexité du travail de deuil chez l'enfant endeuillé à la suite d'un suicide. Aucun des livres actuellement disponible en français ne semble avoir été conçu pour des fins d'intervention. Afin de pallier à ce manque et offrir une ressource de qualité à cette population d'endeuillés, un livre bibliothérapeutique a été conçu dans le présent projet doctoral. Il comporte une histoire ainsi qu'une section d'informations s'adressant aux personnes œuvrant auprès des enfants endeuillés d'un parent à la suite d'un suicide. L'histoire illustre et explique les différentes phases du travail de deuil à la suite du décès d'un être cher. Elle offre également des notions permettant de faciliter la quête de sens face à l'acte suicidaire. Différentes stratégies de coping y sont partagées. De plus, un modèle d'interactions parent-enfant y est présenté afin de soutenir et aider le parent lecteur dans ses propres interactions avec son enfant. Quant à elle,

la section d'informations a pour mandat de sensibiliser et d'outiller l'adulte qui cherche à soutenir l'enfant endeuillé. Elle comporte des informations concrètes concernant le processus et les réactions de deuil, les particularités du deuil par suicide, et des pistes d'intervention.

Plus de vingt personnes (n = 21) ont été consultées tout au long du processus de création de cet outil bibliothérapeutique. Une évaluation stratégique a été conduite pendant la conception et en fin de processus, une évaluation de l'appréciation du livre a été opérée avec un public cible (n = 7).

#### 4.1 Synthèse de l'évaluation de l'appréciation

L'évaluation de l'appréciation semble donner des résultats positifs. Premièrement, selon une intervenante spécialisée, le livre aurait une valeur informative et l'histoire intégrerait adéquatement les enjeux du deuil par suicide. Le livre pourrait convenir à une population plus large, telle que les endeuillés âgés de plus de 12 ans, ceux ayant perdu leur deux parents par suicide ou un autre membre de la famille, tel que la fratrie. Deuxièmement, les enfants semblaient s'être identifiés au personnage principal et s'être émotionnellement engagés dans le processus de lecture. Ceux-ci ont comparé le récit à leur expérience personnelle. Leur appréciation de l'histoire était positive. Des bénéfices ainsi que des stratégies adaptatives ont été identifiées par les enfants suite à la lecture. Troisièmement, les parents ont perçu que leur enfant s'était identifié au personnage principal. Aucun parent n'a jugé que la lecture de l'histoire n'avait entraîné des retombées négatives pour son enfant. Selon les parents, le livre serait informatif et il présenterait des stratégies d'adaptation utiles.

#### 4.2 Bénéfices de l'outil bibliothérapeutique

Nous croyons que la lecture de l'histoire peut s'avérer bénéfique à différents niveaux selon le lecteur, qu'il soit enfant, parent ou intervenant.

##### 4.2.1 Bénéfices pour un enfant

La compréhension du concept de mort se développe durant l'enfance (Lonetto, 1988 ; Nagy, 1948). La signification du mot suicide n'est pas acquise chez tous les enfants d'âge scolaire (Normand et Mishara, 1992 ; Riopel, 2006b). Expliquer ce que signifient les mots

*mort, suicide et deuil* fait partie des objectifs d'interventions prodiguées aux enfants endeuillés (Baker, Sedney et Gross, 1992 ; Mitchell *et al.*, 2006 ; Mitchell *et al.*, 2007 ; Murray, Lake et Séguin, 2001 ; Worden, 1996). Selon les collaborateurs du présent projet, l'histoire fournie des explications adéquates à propos de la mort, le suicide et le deuil. Au plan cognitif, l'histoire possède des vertus informatives et restructurantes pour le jeune lecteur.

L'enfant endeuillé d'un parent à la suite d'un suicide n'a auparavant jamais vécu une telle douleur émotionnelle (Dalke, 1994). L'extériorisation des affects et de l'expérience est un aspect central du travail de deuil (Berns, 2003 ; Mitchell *et al.*, 2007 ; Worden, 1996). Une mauvaise régulation émotionnelle peut prédisposer à un deuil compliqué (Worden, 2009). Le travail de régulation consiste à reconnaître, exprimer ou contenir l'affect. Étant donné des variables développementales et émotionnelles, les enfants endeuillés éprouvent une difficulté considérable à ce niveau (Goldman, 1996 ; Robinson, 2012 ; Webb, 2002b). L'histoire représente la narration fictive de l'expérience d'un enfant endeuillé d'âge scolaire. Selon les collaborateurs, elle contient des croyances et des affects qui sont fréquemment rencontrés chez les enfants endeuillés par suicide. Nous croyons qu'elle peut aider l'enfant lecteur à mettre en mots sa propre expérience de deuil.

Bien souvent, les endeuillés ne connaissent pas d'autres proches de leur âge qui ont vécu la même situation qu'eux. Ils peuvent éprouver de la honte, se sentir isolés, et craindre d'être jugés ou mis de côté par leurs pairs (Murray, Lake et Séguin, 2001 ; Osterweis, Solomon et Green, 1984 ; Ratnarajah et Schofield, 2008). Un repli sur soi peut émerger chez l'enfant qui cherche à se confondre à un groupe d'appartenance. L'isolement et le repli sur soi ne favorisent pas de bonnes issues au processus de deuil. Nous croyons que cette histoire permet à l'enfant endeuillé de comparer sa propre expérience à celle du personnage principal. Ainsi, elle peut contribuer à normaliser les réactions et pensées de deuil et ainsi diminuer le sentiment d'isolement.

La bibliothérapie repose sur les principes d'identification, d'engagement émotionnel et d'intégration (Berns, 2003 ; Hebert et Furnier, 1997 ; Morawski, 1997). Les enfants interrogés ont comparé leurs souvenirs et leur expérience de deuil à celle du personnage du

livre. Ainsi, il nous apparaît que l'histoire puisse évoquer les phénomènes d'identification, de catharsis et d'insight chez l'enfant lecteur.

Le deuil est un processus long qui est émotionnellement éprouvant. Les enfants ont un faible niveau de tolérance face à la douleur émotionnelle. À un moment ou un autre, l'enfant endeuillé par suicide peut ressentir du désespoir face à la souffrance et l'avenir (Elder et Knowles, 2005 ; Mitchell *et al.*, 2007). L'histoire a été conçue afin d'illustrer différentes phases du processus de deuil. Malgré la douleur émotionnelle, le personnage de l'histoire évolue et il s'épanouit. Nous croyons que l'histoire illustre la diminution de la souffrance émotionnelle et la continuation de la vie.

#### 4.2.2 Bénéfices pour un parent

La plupart des parents endeuillés ont besoin d'être informés relativement aux réactions et besoins de l'enfant endeuillé (Baker, Sedney et Gross, 1992). La guidance parentale contribue à sensibiliser et à outiller le parent dans ses interactions avec l'enfant (Baker, Sedney et Gross, 1992). Nous croyons que la lecture de l'histoire peut sensibiliser un parent au vécu et au quotidien de l'enfant endeuillé d'âge scolaire. De plus, la section *informations aux parents et aux intervenants* offre une vulgarisation des connaissances scientifiques ainsi que des moyens concrets pour soutenir l'enfant endeuillé.

Le parent est un acteur important dans le travail de deuil de l'enfant. Le bien-être psychologique du parent ainsi que les capacités parentales, ont un impact considérable sur le fonctionnement de l'enfant. De plus, le parent endeuillé est un modèle de deuil pour sa progéniture. C'est principalement avec son parent que l'enfant chemine vers une quête de sens du décès et vers une intériorisation du défunt parent (Nickman, Silverman et Normand, 1998). Certains parents éprouvent de la difficulté et évitent de parler de la mort à leur enfant (Elder et Knowles, 2005 ; Robinson, 2012). D'autres, entretiennent la croyance erronée qu'il est protecteur pour l'enfant de ne pas parler du deuil ou du suicide (Siegel, Mesagno et Christ, 1990). Une rupture ou une diminution de la communication familiale peut engendrer des interprétations erronées, un sentiment d'isolement et de négligence chez l'enfant endeuillé (Elder et Knowles, 2005 ; Gibbons, 1992 ; Siegel et Gorey, 1994). La communication parent-enfant à propos du deuil et de la perte est une variable significative dans le processus de deuil

(Nickman, Silverman et Normand, 1998 ; Siegel, Raveis et Karus, 1996 ; Silverman, Weiner et El Ad, 1995). Cela permet de restructurer certaines pensées distordues, d'extérioriser les souvenirs, de redéfinir la relation avec le défunt, et d'obtenir du soutien (Siegel, Mesagno et Christ, 1990). Cette histoire présente un modèle d'interactions et de dialogues parent-enfant. Pour des fins psychoéducatives, le personnage de la mère a été conçu en tant que bon objet (Klein, 1968). Le modèle parental présenté dans cette histoire est fictif et il comporte peu de faille. Dans cette histoire fictive, la mère chemine positivement dans son deuil et elle est représentée comme étant un bon modèle. Toutefois, dans la réalité, le parent se doit d'être et d'apporter des soins qui sont suffisamment bons (Winnicott, 1971). Nous souhaitons que le personnage de la mère tel que présenté dans l'histoire, puisse être un référent en matière d'interactions parent-enfant. Le modèle présenté a donc pour fonction de guider le parent endeuillé, tout en lui laissant la liberté d'ajuster ses interventions à sa convenance lorsqu'il s'adresse à son enfant endeuillé dans la réalité.

#### 4.2.3 Bénéfices pour un intervenant

Nous croyons qu'en plus d'être informatif, ce livre peut être utilisé en tant qu'outil d'intervention par un intervenant. Bien entendu, la bibliothérapie ne peut être l'élément central d'une psychothérapie, mais elle peut en bonifier le processus (Pardeck, 1994). En thérapie, la lecture d'une histoire est employée afin d'engager la discussion entre l'enfant et le thérapeute pour favoriser l'insight et intégrer des notions (Gladding et Gladding, 1991 ; Pardeck, 1994). Le clinicien peut entreprendre différentes activités thérapeutiques reliées à l'histoire (Cartledge et Kiarie, 2001 ; Pardeck et Pardeck, 1993 ; Zambelli et DeRosa, 1992) ou simplement interroger l'enfant relativement à l'histoire et aux personnages (Malchioldi et Ginns-Gruenberg, 2008 ; Robinson, 2012). L'histoire permet une mise à distance de la douloureuse expérience de l'enfant endeuillé tout en favorisant la projection du self, par l'entremise des personnages, dans un contexte sécurisant (Malchioldi et Ginns-Gruenberg, 2008 ; Robinson, 2012).

#### 4.3 Limites de l'outil bibliothérapeutique et de l'étude de l'appréciation

Cet outil d'intervention et l'étude de son appréciation comportent des limites. Tout d'abord, l'histoire ne présente pas toute l'étendue des réactions de deuil pouvant se manifester

chez les enfants endeuillés d'un parent à la suite d'un suicide. Notons également, qu'à lui seul, le livre ne peut pas être employé comme élément central d'intervention auprès d'une population endeuillée à risque. En second lieu, l'échantillon ayant participé à l'étude de l'appréciation de l'outil d'intervention est de petite taille. Il est possible que les enfants et les parents interrogés ne soient pas représentatifs de la population endeuillée par suicide. Par exemple, seuls des enfants et des parents ayant bénéficié d'une thérapie de groupe ont participé à l'étude. En plus d'avoir reçu des interventions psychothérapeutiques, ces sujets avaient donc antérieurement développé la capacité de s'exprimer au sujet de leur deuil ou celui de leur enfant. Le fait que l'échantillon ne soit pas représentatif de l'ensemble de la population endeuillée par suicide limite le potentiel de généralisation des résultats. De plus, le recours à une entrevue de groupe comme mode d'enquête auprès des enfants peut avoir induit un biais de comparaison. Notons également que le fait d'avoir un seul répondant intervenant constitue une faille. En effet, les propos recueillis peuvent s'avérer subjectifs. Toutefois, dans une perspective exploratoire, cette étude permet de mettre en relief certaines valeurs thérapeutiques de l'outil d'intervention.

Par ailleurs, malgré ces limites, cet outil bibliothérapeutique comporte certaines forces. Il repose sur une démarche rigoureuse impliquant différentes étapes de consultation. Plusieurs spécialistes (intervenants spécialisés en deuil par suicide, psychologues, travailleurs sociaux, enseignants, auteurs) ainsi que des parents endeuillés, ont participé à sa création. Les manifestations de deuil qui y sont présentées s'avèrent être celles qui sont les plus fréquemment rencontrées selon la littérature scientifique et les cliniciens. De plus, l'outil comporte une section informative pour les adultes.

#### 4.4 Recherches futures

Les bienfaits généraux de la bibliothérapie sont bien documentés dans la littérature (Berns, 2003 ; Pardeck et Pardeck, 1993). Toutefois, peu d'études se sont penchées sur une population d'endeuillés par suicide. Il serait pertinent d'évaluer l'impact, les bienfaits et l'usage qu'en font les familles et les cliniciens. Concernant le présent outil bibliothérapeutique, il serait intéressant d'en évaluer l'appréciation auprès d'un échantillon plus large et d'apporter des modifications à l'édition actuelle au besoin.

## CONCLUSION

Le suicide est un problème de société qui bouleverse des milliers de familles. Dans la plupart des foyers, les enfants ont été exposés à des problèmes de santé mentale, à des adversités familiales ou à des conflits, voir même à une séparation parentale survenue quelques temps avant le décès. Le suicide du parent peut donc se poser sur un terreau de conflits relationnels non résolus. Il s'agit là d'un lègue familial lourd à porter pour l'enfant qui en est au commencement de sa vie. Soulignons aussi que le deuil par suicide comporte des particularités. L'enfant endeuillé est confronté à des insécurités et à une douleur émotionnelle profonde. Au plan développemental, celui-ci n'a pas encore toute la maturité requise pour cheminer avec une telle souffrance. Le soutien émotionnel est donc primordial pour l'enfant endeuillé et sa famille.

La contribution principale de cet essai doctoral est d'avoir créé un outil bibliothérapeutique pour soutenir les enfants endeuillés d'un parent à la suite d'un suicide. Jusqu'à présent, peu de livre ont abordé la réalité du deuil par suicide selon la perspective des enfants. Quelques uns sont disponible sur le marché, mais aucun ne semble avoir été conçu spécifiquement pour des fins d'intervention. La création de cet outil bibliothérapeutique repose sur une démarche scientifique et clinique. L'histoire *Après la tempête...* nous apparait être l'une des seules qui couvre l'ensemble des principaux enjeux du travail de deuil tout en offrant des réponses aux endeuillés. Elle comporte des vertus informatives, restructurantes et validantes. Plusieurs bénéfices pour le lecteur enfant et adulte ont été identifiés dans cet essai doctoral. Les intervenants peuvent également l'utiliser dans leur pratique lors de l'accompagnement de l'enfant endeuillé et sa famille.

L'appréciation de cet outil bibliothérapeutique s'est avérée positive par l'ensemble des répondants. Cet ouvrage semble susciter l'intérêt des endeuillés et il semble répondre à certains de leurs besoins. Nous souhaitons que cet outil puisse rapprocher l'enfant et l'adulte dans cette douloureuse expérience et qu'il favorise des issues positives au processus de deuil. Nous espérons qu'il puisse être un ajout significatif dans bibliothérapie du deuil par suicide.

APPENDICE A

LETTRE ENVOYÉE AUX COLLABORATEURS

Montréal, le 1<sup>er</sup> novembre 2011

Projet : création d'un livre pour enfants endeuillés d'un parent à la suite d'un suicide  
Camille Lagacé-Labonté, doctorante en psychologie, UQO/UQAM

Bonjour,

Merci d'avoir accepté de participer au projet création d'un livre pour enfants endeuillés d'un parent à la suite d'un suicide. Votre aide est importante afin d'améliorer la qualité de ce manuscrit et ainsi offrir un meilleur outil aux familles endeuillées. Vous trouverez des instructions sur la première page du questionnaire ci-joint.

J'aimerais recueillir votre appréciation et vos suggestions afin de perfectionner ce manuscrit. Toutefois, je me réserve le droit d'effectuer ou non les modifications proposées. Comme vous le savez, il s'agit d'une contribution non rémunérée. Par contre, si vous êtes d'accord, vous pourrez être cité en tant que collaborateur une fois l'ouvrage publié. Le manuscrit actuel ne doit pas être diffusé. Lorsque le processus de création sera terminé, une copie pdf, que vous pourrez utiliser, vous sera acheminée en guise de remerciements.

Un délai d'un mois vous est attribué afin de lire le manuscrit et remplir le questionnaire. Veuillez ensuite me retourner le questionnaire via l'une des modalités suivantes, selon votre préférence :

Par courriel :	lagace.labonte.camille@courrier.uqam.ca
Par télécopieur :	(514) 987-7953 / À l'attention de Camille Lagacé-Labonté, doctorante
Par la poste :	Département de psychologie (DS-2935) À l'attention de Camille Lagacé-Labonté, doctorante Université du Québec à Montréal C.P. 8888 succursale Centre-ville H3C 3P8

N'hésitez pas à me contacter si vous avez des questions, ou si vous désirez discuter. Vous pouvez me laisser un message au numéro suivant : Groupe McGill d'étude sur le suicide (514) 251-4015 poste 3530. En terminant, je tiens à vous remercier à nouveau pour cette précieuse collaboration.

Sincères salutations,

Camille Lagacé-Labonté, M. Ps.

Psychologue

Candidate au doctorat en psychologie, UQO/UQAM

Boîte vocale du Groupe McGill d'étude sur le suicide: (514) 251-4015 poste 3530

lagace-labonte.camille@courrier.uqam.ca

APPENDICE B

QUESTIONNAIRE ENVOYÉ AUX COLLABORATEURS

Projet : création d'un livre pour enfants endeuillés d'un parent à la suite d'un suicide  
Camille Lagacé-Labonté, doctorante en psychologie, UQO/UQAM

**QUESTIONNAIRE RÉTROACTIF  
AUX COLLABORATEURS**

Prénom et nom : \_\_\_\_\_ Âge : \_\_\_\_\_

Formation académique : \_\_\_\_\_

Profession : \_\_\_\_\_

Organisme/institution : \_\_\_\_\_

Dans quel domaine travaillez-vous?  deuil  littérature  psychologie  
 enseignement  autre : \_\_\_\_\_

Depuis environ combien d'années travaillez vous dans ce domaine ? \_\_\_\_\_

Avez-vous vécu la perte d'un proche au cours des deux dernières années?  non  oui  
*Si oui, veuillez compléter les informations suivantes :*

Mois/Année du décès : \_\_\_\_\_ Lien avec la personne décédée : \_\_\_\_\_

Avez-vous déjà vécu la perte d'un proche par suicide?  non  oui  
*Si oui, veuillez compléter les informations suivantes :*

Mois/Année du décès : \_\_\_\_\_ Lien avec la personne décédée : \_\_\_\_\_

Avez-vous des enfants?  non  oui ; si oui, précisez l'âge : \_\_\_\_\_

Date d'aujourd'hui : \_\_\_\_ / \_\_\_\_ 2011

Les questions suivantes s'inscrivent dans le cadre du projet *création d'un livre pour enfants endeuillés d'un parent à la suite d'un suicide*. Il est important de bien répondre à toutes les questions et de faire part de tous commentaires ou suggestions qui pourront servir à améliorer la qualité du manuscrit vous ayant été remis.

Nous vous suggérons de compléter chacune des parties immédiatement après la lecture des sections correspondantes (mot aux lecteurs, le récit, les informations aux parents et aux intervenants).

Après la lecture de chaque énoncé, vous devez cocher votre degré d'appréciation tel qu'indiqué par le choix de réponse se trouvant dans la partie supérieure des tableaux (ex. très en accord, en accord, en désaccord, très en désaccord). Inscrivez ensuite vos commentaires dans l'espace réservé à cette fin. Prenez soin de justifier vos choix de réponse lorsque ceux-ci se révèlent en désaccord ou tout à fait en désaccord avec l'énoncé en inscrivant dans la section «Commentaires» le numéro de l'énoncé et l'explication sous-jacente. Si vous jugez trop restreint l'espace destiné à recueillir vos commentaires, veuillez prendre une autre feuille ou utiliser le revers des feuilles pour compléter vos propos.

4

## 22. Commentaires, suite :

---



---



---



---

## Partie III L'HISTOIRE NOTIONS DE DEUIL ET REACTIONS DES PERSONNAGES

Énoncés	Tous en accord	En accord	En désaccord	Tout à fait en désaccord
<b>Réactions de deuil</b>				
24. Les réactions de deuil de Samuel semblent réalistes.				
25. Les réactions de deuil de Laurence, la petite sœur de Samuel, semblent réalistes.				
26. Les réactions de deuil de la mère de Samuel semblent réalistes.				
27. Certaines réactions de deuil sont manquantes et devraient être ajoutées au récit.				
28. Les explications de la mère de Samuel et de Laurence, relativement au deuil, sont adéquates.				

29. Si certains enjeux ou réactions de deuil sont manquants ou qu'ils devraient être modifiés, veuillez les indiquer :

---



---



---

30. S'il y a des explications relativement au deuil qui devraient être ajoutées ou modifiées, veuillez les indiquer :

---



---



---

5

Énoncés	Tous en accord	En accord	En désaccord	Tout à fait en désaccord
<b>Suicide</b>				
31. Les enjeux essentiels d'un deuil parental par suicide sont présentés dans l'histoire.				
32. Certains enjeux relatifs au deuil parental par suicide devraient être ajoutés à l'histoire.				
33. Certains passages sont émotionnellement trop intenses à lire pour un jeune endeuillé âgé de 9 ans à 12 ans.				
34. Les explications de la mère de Samuel relativement au suicide semblent adéquates.				

35. Si certains enjeux, liés au deuil parental par suicide, devraient être ajoutés à cette histoire, veuillez les indiquer :

---



---



---



---

36. Si certains passages sont émotionnellement trop intenses à lire pour un jeune endeuillé âgé de 9 ans à 12 ans, veuillez les indiquer, et mentionner pourquoi :

---



---



---



---

37. Si les explications de la mère de Samuel, relativement au suicide, devraient être modifiées, veuillez les indiquer :

---



---



---



---

38. Autres commentaires :

---



---



---





## Partie V INFORMATIONS AUX PARENTS ET AUX INTERVENANTS

Énoncés	Très en accord	En accord	En désaccord	Tout à fait en désaccord
52. La longueur de la section <i>Informations aux parents et aux intervenants</i> est adéquate.				
53. La section <i>Informations aux parents et aux intervenants</i> est agréable à lire.				
54. Certains aspects importants relatifs au deuil par suicide sont manquants et devraient être ajoutés à cette section.				
55. Certains aspects relatifs au deuil ou au suicide abordés dans cette section ne sont pas suffisamment bien expliqués.				
56. De manière générale, les informations présentées dans cette section sont bien expliquées.				
57. La lecture de cette section pourrait être aidante pour un parent endeuillé.				
58. La lecture de cette section pourrait être aidante pour un intervenant.				

59. Veuillez indiquer tous commentaires et suggestions relativement à chacune des sections :

**Section 1. Faut-il annoncer le suicide à l'enfant ou lui cacher la vérité?**

Commentaires/suggestions :

**Section 2. Les enfants ont-ils leur place dans les cérémonies funéraires?**

Commentaires/suggestions :

Veuillez indiquer tous commentaires et suggestions relativement à chacune des sections.	
<b>Section 3. Qu'est-ce que les enfants comprennent de la mort?</b>	
Commentaires/suggestions :	
<b>Section 4. Comment réagissent-ils à la mort d'un être cher?</b>	
Commentaires/suggestions :	
<b>Section 5. Comment le travail de deuil s'effectue chez l'enfant?</b>	
Commentaires/suggestions :	





12

65. Quels pourraient être les effets néfastes de la lecture de cette histoire par un enfant endeuillé d'un parent par suicide?

---



---



---



---



---

66. Quels pourraient être les effets néfastes de la lecture de cette histoire par un enfant non endeuillé ?

---



---



---



---



---

Énoncés	Très en accord	En accord	En désaccord	Tout à fait en désaccord
Parent endeuillé d'un conjoint ou d'un ex-conjoint par suicide				
67. Ce manuscrit pourrait être aidant pour un parent endeuillé d'un conjoint ou d'un ex-conjoint par suicide.				
68. Ce manuscrit pourrait aider un parent à mieux soutenir son enfant endeuillé d'un parent par suicide.				
69. Je recommanderais ce manuscrit à un parent endeuillé d'un conjoint ou d'un ex-conjoint par suicide.				
70. La lecture de ce manuscrit pourrait être néfaste pour un parent endeuillé d'un conjoint ou d'un ex-conjoint par suicide.				

71. Comment ce manuscrit pourrait-il être aidant pour un parent endeuillé d'un conjoint ou d'un ex-conjoint par suicide?

---



---



---



---

13

72. Quels pourraient être les effets néfastes de ce manuscrit pour un parent endeuillé d'un conjoint ou d'un ex-conjoint par suicide?

---



---



---



---

Énoncés	Totalement en accord	En accord	En désaccord	Totalement en désaccord
<b>Enfant endeuillé et parent endeuillé</b>				
73. La lecture de ce récit par un parent et par un enfant endeuillé d'une même famille pourrait favoriser une meilleure communication parent-enfant.				

74. Commentaires :

---



---



---

Énoncés	Totalement en accord	En accord	En désaccord	Totalement en désaccord
<b>Intervenant</b>				
75. Ce manuscrit pourrait être aidant pour un intervenant travaillant auprès d'enfants endeuillés par suicide.				
76. Je recommanderais ce manuscrit à un intervenant travaillant auprès d'enfants endeuillés par suicide.				

77. Commentaires :

---



---



---



---



APPENDICE C

LETTRE DE SOLLICITATION AUX PARENTS ENDEUILLÉS

1<sup>er</sup> mai 2012

Bonjour,

Nous vous proposons, de faire participer votre enfant à un projet de recherche qui vise à développer un livre psychoéducatif pour enfants âgés de 9 ans à 12 ans, endeuillés d'un parent à la suite d'un suicide. Cette étude est réalisée par une étudiante au doctorat en psychologie à l'Université du Québec à Montréal. Elle est effectuée en partenariat avec le CSSS de Laval. Un manuscrit comprenant trois sections a été rédigé. Il comprend : un court mot s'adressant aux lecteurs, une histoire mettant en scène un garçon de 11 ans endeuillé de son père après un suicide, ainsi que des informations destinées aux parents et aux intervenants désireux d'être mieux informés sur le deuil des enfants.

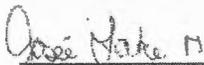
La démarche de travail de l'étudiante est rigoureuse; elle s'appuie sur les plus récentes connaissances scientifiques dans le domaine ainsi que sur les besoins les plus fréquemment rencontrés par les enfants et les parents endeuillés, d'après un comité d'intervenants spécialisés en enfance, et en deuil par suicide (travailleurs sociaux, psychologues, intervenants spécialisés).

En quoi consisterait votre participation :

Lorsqu'il sera terminé, le livre sera publié, mais avant de passer à cette étape, nous aimerions le faire lire à des enfants afin de savoir ce qu'ils en pensent et pouvoir l'améliorer davantage pour ainsi offrir un meilleur outil aux familles endeuillées.

Si ce projet vous intéresse, un manuscrit vous sera envoyé par la poste afin que votre enfant le lise. Les enfants auront environ trois semaines pour le lire, après quoi, ils seront invités à se présenter au CSSS de Laval pour une rencontre de groupe d'environ 45 minutes animée par moi-même, Josée Lake, travailleuse sociale au CSSS de Laval. Lors de cette rencontre, je poserai quelques questions au groupe et les enfants seront amenés à discuter de leur appréciation du livre préalablement lu. Les enfants seront libres de prendre la parole s'ils le désirent.

Si vous croyez que ce projet pourrait intéresser votre enfant, nous vous invitons à laisser un message, d'ici le 11 mai 2012, par courriel (lagace-labonte.camille@courrier.uqam.ca) ou par téléphone, sur le Site du Groupe McGill d'études sur le suicide (514) 251-4013 poste 3530. Laissez vos coordonnées et l'étudiante, Camille Lagacé-Labonté, vous rappellera pour vous donner plus d'informations sur l'étude.

  
Josée Lake T.S.

APPENDICE D

VERBATIM TÉLÉPHONIQUE EMPLOYÉ AVEC LES PARENTS

Bonjour, mon nom est Camille Lagacé-Labonté, j'ai reçu votre message dans lequel vous m'indiquez que vous étiez intéressé à obtenir davantage d'informations à propos de l'étude que j'effectue. Ce projet est réalisé dans le cadre de mon doctorat en psychologie à l'Université du Québec en Outaouais, en partenariat avec l'Université du Québec à Montréal. Il porte sur la création d'un livre psychoéducatif pour enfants endeuillés d'un parent par suicide. Il s'agit d'un projet qui vise à développer un outil d'intervention accessible aux enfants afin de les aider. Plusieurs adultes et spécialistes m'ont déjà donné leurs commentaires sur l'ouvrage que j'ai écrit. Maintenant, j'ai besoin de recueillir l'opinion des enfants afin de pouvoir améliorer davantage le livre avant qu'il ne soit publié.

Dans le cadre de cette étude, j'envoie par la poste un manuscrit. Il est divisé en trois sections : un court mot s'adressant aux lecteurs enfant ou parent, une histoire mettant en scène un garçon de 11 ans endeuillé de son père après un suicide, ainsi que des informations destinées aux parents et aux intervenants qui veulent être mieux informés sur le deuil des enfants. Je laisse un délai de 3 semaines à l'enfant pour qu'il le lise. Les parents peuvent le lire eux aussi s'ils en ont envie. Dans un second temps, les enfants qui auront lu ce manuscrit seront invités à une rencontre de groupe, d'une durée d'environ 45 minutes, animée par un intervenant d'expérience qui a déjà animé les groupes d'endeuillés du CSSS de Laval. Cette rencontre aura pour but de recueillir les commentaires des enfants. L'animateur posera quelques questions au groupe, et les enfants qui le souhaitent pourront prendre la parole. Le groupe sera constitué d'environ cinq enfants.

Suite à cette rencontre, un soutien psychologique sera offert aux enfants s'ils en ont besoin. Ce soutien sera offert par l'intervenant animateur, immédiatement après la rencontre, ou ponctuellement par la suite. Advenant que l'état d'un enfant soit préoccupant, l'intervenant s'occupera d'effectuer un suivi avec celui-ci au CSSS.

Dans le but ne pas influencer les enfants dans leurs commentaires, la personne responsable de cette étude, c'est à dire moi, n'assistera pas à la rencontre de groupe. Afin de compiler fidèlement les réponses des enfants, leur discussion de groupe avec l'intervenant animateur sera enregistrée à l'aide d'un magnétophone. Par la suite, le discours (verbatim audio) de chacun des enfants sera retranscrit (verbatim écrit) afin que la chercheuse en fasse une analyse. Toutefois, toutes les informations recueillies dans le cadre de cette étude demeureront strictement confidentielles. L'enregistrement audio, de même que la retranscription du verbatim de l'enfant seront conservés sous clé et détruits après l'étude. Aucune information sur les enfants ne sera présentée à qui que ce soit, et leurs propos seront traités de façon à ce qu'on ne puisse en aucun temps les identifier. Un numéro sera attribué à chacun des participants, et moi seule disposerai d'une liste établissant la correspondance entre l'identité des participants et le numéro qui leur sera assigné.

À la fin de ce projet, la version finale du manuscrit sera soumise à une maison d'édition afin d'être publiée. Cependant, vous et votre enfant ne pourrez en tirer aucun avantage financier. Toutefois, une copie du manuscrit final vous sera acheminée en guise de remerciement si vous le souhaitez.

Bien entendu vous, et votre enfant, êtes totalement libres de participer ou non à cette étude, et si vous acceptez, vous pourrez interrompre votre participation à ce projet en tout temps. Sachez aussi qu'un refus de votre part, ne vous portera aucun préjudice, ni ne limitera pas votre accès à des ressources d'aide pour vous ou votre famille.

Est-ce que vous croyez que votre enfant pourrait être intéressé à participer à cette étude?

*(Si oui)* Je vous suggère d'en parler à votre enfant avant de prendre une décision. Je pourrais vous rappeler d'ici deux jours, est-ce que ça vous convient? D'ici là, pour toutes questions relatives à cette étude, vous pouvez me contacter, Camille Lagacé-Labonté, au (514) 251-4015 poste 3530 ou au 1-866-250-6888.

*(Si non)* Je vous remercie du temps que vous m'avez accordé et vous souhaite une bonne soirée.

Merci!

**APPENDICE E**

**INFORMATIONS DEMANDÉES AUX PARENTS RÉPONDANTS**

### Informations demandées au parent répondant

#### Informations sur l'enfant

Quel est le prénom de votre enfant? \_\_\_\_\_ Sexe:  M  F

De quel origine ethnique est-il? \_\_\_\_\_

Quelle est sa date de naissance? \_\_\_\_\_

En quelle année scolaire est-il actuellement? \_\_\_\_\_

A t-il des frères ou des sœurs?  oui  non

Si oui, indiquer l'âge et le genre: \_\_\_\_\_

#### Informations sur le parent décédé

Parent décédé:  Père  Mère

À quand remonte le décès du père/de la mère de votre enfant? (mois-année) \_\_\_\_\_

Par quelle méthode s'est-il/elle enlevé la vie? \_\_\_\_\_

Quel était votre état matrimonial avant le décès? \_\_\_\_\_

Depuis combien de temps aviez-vous ce statut matrimonial? \_\_\_\_\_

#### Évaluation parentale quant au bien-être actuel de l'enfant

Selon vous, comment se porte votre enfant depuis le décès de son père/sa mère?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

#### Informations sur le parent répondant

Quel est votre nom? \_\_\_\_\_

Quelle est votre date de naissance? \_\_\_\_\_

Quelle est votre adresse postale? \_\_\_\_\_

APPENDICE F

LETTRE DE PRÉSENTATION JOINTE À L'ENVOI POSTAL

Montréal, le 22 mai 2012

Bonjour *ENFANT* et *PARENT*,

Je tiens à vous remercier chaleureusement d'avoir accepté de participer à ce projet. Votre collaboration contribuera à offrir un outils aux familles endeuillées afin de mieux les aider.

*ENFANT*, tu as 3 semaines pour lire le roman. Lis-le à ton rythme. Il se pourrait que tu aies parfois besoin de prendre une petite pause avant de continuer la lecture. Si certains passages éveillent en toi des émotions ou des questions qui sont difficiles à comprendre, ou si tu te sens à l'envers, n'hésite surtout pas à en parler à un adulte. Tu es invité à participer à une discussion de groupe animée par Josée Lake jeudi le 14 juin. Ce sera l'occasion de lui dire ce que tu penses du roman.

*PARENT*, bien que ce livre s'adresse aux enfants, nous vous recommandons de le lire vous aussi, afin de bien accompagner *ENFANT*. Lisez-le à votre rythme, et prenez des pauses si vous en avez besoin.

**1. Formulaire à retourner**

Vous trouverez ci-joint une lettre détaillée expliquant le projet. Veuillez prendre le temps de la lire et signer le formulaire de consentement qui se trouve à la fin. Conservez-en une copie avec la lettre et retournez-moi l'autre copie signée.

**2. Rencontre de groupe au CISPLOI**

Nous vous invitons à accompagner *ENFANT* à la rencontre de groupe qui aura lieu jeudi le 14 juin 2012 à 18h00, au CISPLOI (Centre intégré de services de première ligne de l'ouest de l'île) 4250 boulevard Dagenais Ouest à Laval. La rencontre sera d'une durée d'environ 45 minutes. Si vous en avez envie, vous pourrez me transmettre vous aussi vos commentaires au sujet du livre en remplissant un formulaire pendant que votre enfant sera rencontré avec Josée Lake et les autres enfants.

Si vous avez des questions ou besoin de parler, vous pouvez me contacter en laissant un message par courriel ou par téléphone, et je vous rappellerai dès que possible.

Bonne lecture!

---

Camille Lagacé-Labonté, M.Ps.

Candidate au doctorat en psychologie (UQO-UQÀM)

lagace-labonte.camille@coorrier.uqam.ca

Boîte vocale du Groupe McGill d'étude sur le suicide: (514) 251-4015 poste 3530

APPENDICE G

LETTRE EXPLICATIVE DU PROJET ET FORMULAIRE DE CONSENTEMENT



Université du Québec en Outaouais

Case postale 1258, succursale B, Hull (Québec), Canada J8X 3X7  
Téléphone (819) 895-3800  
www.uqo.ca

**Titre de l'étude :** Création d'un livre psychoéducatif pour enfants endeuillés d'un parent à la suite d'un suicide

**Chercheuse responsable :** Camille Lagacé-Labonté, étudiante au doctorat en psychologie

**Directrice de recherche :** Dre Monique Séguin, Ph. D., psychologue, professeure à l'Université du Québec en Outaouais et chercheuse au Groupe McGill d'étude sur le suicide.

**Département :** Psychoéducation et psychologie, Université du Québec en Outaouais

#### **Description du projet**

Nous vous proposons de faire participer votre enfant à un projet de recherche qui vise à développer un livre psychoéducatif pour enfants âgés de 9 ans à 12 ans, endeuillés d'un parent à la suite d'un suicide. Cette étude est non subventionnée. Elle a été approuvée par le Comité d'éthique de la recherche de l'Université du Québec en Outaouais.

#### **Déroulement de l'étude et méthodes utilisées**

Dans le cadre de cette recherche, nous aimerions acheminer à votre enfant un manuscrit par la poste comprenant : un court mot s'adressant aux lecteurs (enfant et parent), une histoire mettant en scène un garçon de 11 ans endeuillé de son père après un suicide, ainsi que des informations destinées aux parents et aux intervenants qui veulent être mieux informés sur le deuil des enfants. Un délai de trois semaines sera laissé à votre enfant afin qu'il le lise. Nous vous suggérons fortement de le lire vous aussi si vous en avez envie. Dans un second temps, votre enfant sera invité à une rencontre de groupe, d'une durée d'environ 45 minutes, animée par Josée Lake, travailleuse sociale et animatrice du groupe d'endeuillés du CISPLOI de Laval (Centre intégré de services de première ligne de l'ouest de l'île). Cette rencontre aura pour but de recueillir les commentaires et l'appréciation générale des enfants relativement au livre. Josée Lake posera quelques questions au groupe, et seuls les enfants qui le souhaitent prendront la parole. Le groupe sera constitué d'environ cinq enfants.

### **Confidentialité**

Pour ne pas influencer les enfants dans leurs commentaires, la personne responsable de cette étude, Camille Lagacé-Labonté, n'assistera pas à la rencontre de groupe. Afin de compiler fidèlement les réponses des enfants, leur discussion de groupe avec l'intervenante sera enregistrée à l'aide d'un magnétophone. Par la suite, le discours (verbatim audio) de chacun des enfants sera retranscrit (verbatim écrit) afin que la chercheuse en fasse une analyse. Toutes les informations recueillies dans le cadre de cette étude demeureront strictement confidentielles. L'enregistrement audio, de même que la retranscription du verbatim de l'enfant seront conservés sous clé et détruits après l'étude (minimum 5 ans après la rencontre). Aucune information sur votre enfant ne sera présentée à qui que ce soit, et les propos de celui-ci seront traités de façon à ce qu'on ne puisse en aucun temps l'identifier. Un numéro sera attribué à chacun des participants, et seule la chercheuse de l'étude disposera d'une liste établissant la correspondance entre l'identité des participants et le numéro qui leur sera assigné.

Durant la participation de votre enfant, la chercheuse responsable recueillera et consignera seulement les renseignements nécessaires pour répondre aux objectifs scientifiques du projet. Ces informations seraient : des données sociodémographiques sur votre enfant (âge, sexe, date de naissance, origine ethnique, fratrie, niveau scolaire) quelques brefs renseignements relatifs au décès de son parent (âge de l'enfant au moment du décès, méthode de suicide, état matrimonial des parents avant le décès) ainsi que les commentaires anonymes de votre enfant au sujet du manuscrit. Tous ces renseignements seront anonymes et demeureront strictement confidentiels dans les limites prévues par la loi. Tous les documents sur lesquels figurent votre nom, ou celui de votre enfant, seront conservés dans une deuxième filière barrée. Seule la chercheuse principale y aura accès. Suite à cette étude, les commentaires de votre enfant seront rapportés et analysés de manière anonyme dans l'essai doctoral de la chercheuse responsable.

### **Consentement libre – liberté de se retirer**

Comme ce projet implique la participation de mineurs, un consentement parental est requis. Bien entendu vous, et votre enfant, êtes totalement libres de participer ou non à cette étude, et si vous acceptez, vous pourrez interrompre votre participation à ce projet en tout temps. Sachez aussi que votre décision de ne pas participer à ce projet de recherche ou de vous retirer n'aura aucune conséquence sur l'accès à des ressources d'aide pour vous ou votre famille, ou sur votre relation avec l'intervenant impliqué. Si vous et votre enfant vous retirez ou êtes retirés du projet, le verbatim enregistré de votre enfant ne sera pas retranscrit, et donc, non utilisé pour la recherche. Toute nouvelle connaissance acquise durant le déroulement du projet qui pourrait affecter votre décision de continuer d'y participer vous sera communiquée sans délai.

**Risques et inconvénients associés à cette étude**

Les risques possibles associés à une participation à cette étude sont mineurs. Nous sommes conscients qu'il se pourrait que la lecture de ce manuscrit s'avère exigeante pour votre enfant sur le plan émotif.

C'est pour cette raison que, suite à la rencontre de groupe, un soutien psychologique sera offert aux enfants s'ils en ont besoin. Ce soutien sera dispensé sans frais, par l'intervenante du CISPLOI de Laval, immédiatement après la rencontre, ou ponctuellement par la suite si nécessaire. Advenant que l'état de votre enfant soit préoccupant, l'intervenant s'occupera d'effectuer un suivi avec celui-ci au CISPLOI de Laval. En faisant participer votre enfant à ce projet, vous ne renoncez à aucun de ses droits ni ne libérez la chercheuse et le CISPLOI de Laval de leur responsabilité civile et professionnelle.

**Bénéfices**

La collaboration de votre enfant à cette étude contribuera au développement d'un outil d'intervention accessible pour les jeunes enfants endeuillés d'un parent à la suite d'un suicide, visant à mieux soutenir les enfants, parents et intervenants touchés par cette problématique. À la fin de ce projet, la version finale du manuscrit sera soumise à une maison d'édition afin d'être publiée. Cependant, vous et votre enfant ne pourrez en tirer aucun avantage financier. Toutefois, une copie du manuscrit final vous sera acheminée en guise de remerciement si vous le souhaitez.

**Coordonnées pour joindre la responsable de l'étude ou pour formuler une plainte**  
 Pour toutes questions relatives à l'étude, vous pouvez contacter Camille Lagacé-Labonté, responsable de cette recherche, au (514) 251-4615 poste 3530 ou au 1-866-256-6888. Advenant que pour différents motifs, ce projet ait à être arrêté, la chercheuse vous en informera dans les plus brefs délais. Si vous avez des questions concernant les droits en tant que participant, ou si vous désirez formuler une plainte concernant cette étude, veuillez contacter Monsieur André Durrivage, président du Comité d'éthique de la recherche de l'Université du Québec en Outaouais, au numéro suivant : (819) 595-3900 poste 1781.



APPENDICE H  
CANEVAS D'ENTREVUE

**Canevas d'entrevue AVEC LES ENFANTS**  
Bien respecter l'ordre de présentation des thèmes s-v-p

**Lecture**

- Quand est-ce que tu as lu l'histoire? (ex. au retour de l'école, avant de te coucher, la fin de semaine?)
- En combien de temps à peu près tu l'as lu? Combien de soirs, jours?
- As-tu trouvé que c'était une histoire trop courte ou trop longue à lire?

**Impressions générales des enfants**

- Qu'est-ce que vous avez pensé de cette histoire là?

**Deuil, réalisme des personnages**

- Est-ce que vous avez trouvé que ce qui arrive à Samuel est réaliste?
- Est-ce que c'est réaliste, comment Laurence, la petite soeur de Samuel, réagit?
- Est-ce qu'elle est réaliste la maman de Samuel et de Laurence?

**Émotions, intérêt**

- Est-ce que tu as ressenti de la tristesse en lisant cette histoire là?
- Est-ce que parfois l'histoire t'a fait pleurer?
- Est-ce que vous avez trouvé ça difficile de lire une histoire qui parle du deuil par suicide?
- Est-ce qu'il t'es arrivé de devoir prendre des petites pauses, ou de ne plus avoir envie de lire l'histoire?

**Bénéfices**

- Qu'est-ce que ça t'a apporté de lire ce livre là?

VERSO..... VERSO..... VERSO.....

Vérifier les batteries...

**\*Communication (bien investiguer ces aspects a-v-p!)**

- Est-ce que d'autres personnes que toi ont lu le livre à la maison? Comment ça s'est passé?
- Est-ce que, après avoir lu le livre, tu as eu envie de parler de ton deuil à d'autres personnes; tes frères-soeurs, ta mère, tes amis, ou à d'autres adultes?
- Crois-tu que cette histoire là t'a aidée à trouver des mots pour dire ce que toi tu ressens par rapport à ton deuil?

**Suggestions**

- D'après toi, est-ce qu'il y a des choses qui devraient être présentées différemment dans cette histoire là? Des choses qui devraient être modifiées?

**Mot à l'auteur**

- Si tu pouvais parler à l'auteur qui a écrit cette histoire là, qu'est-ce que tu aimerais lui dire?

**Autre chose**

- Avant de terminer, est-ce qu'il y a autre chose, qu'on a pas parlé au sujet du livre, que tu aimerais dire?

APPENDICE I

FORMULAIRE RÉTROACTIF COMPLÉTÉ PAR LES PARENTS ENDEUILLÉS

Projet : création d'un livre pour enfants endeuillés d'un parent à la suite d'un suicide  
Camille Lagace-Labonté, chercheuse (UQO UQAM)

### FORMULAIRE POUR LES PARENTS

Nom du parent: \_\_\_\_\_

**1. D'après vous, comment votre enfant a-t-il vécu cette expérience de lecture?**

---

---

---

---

---

---

**2. Qu'est-ce que cette lecture vous a apporté, à vous, en tant que parent ?**

---

---

---

---

---

---

**3. Est-ce que ce livre vous a permis de discuter différemment du deuil avec votre enfant?**

---

---

---

---

---

---

**4. Les enjeux principaux d'un deuil parental par suicide sont-ils présentés dans ce livre? Si non, veuillez préciser ce qui devrait être ajouté selon vous.**

---

---

---

---

---

**5. Qu'est-ce qui serait à modifier dans ce livre d'après vous ?**

---

---

---

---

---

**6. Avez-vous d'autres commentaires à transmettre à l'auteure? Si oui, inscrivez-les ici.**

---

---

---

---

---

---

---

APPENDICE J

CERTIFICAT D'APPROBATION ÉTHIQUE DE  
L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC EN OUTAOUAIS

Notre référence: 1560

**CERTIFICAT D'APPROBATION ÉTHIQUE**

Le Comité d'éthique de la recherche a examiné le projet de recherche intitulé :

**Projet:** Processus de création d'un livre psychoéducatif destiné aux enfants âgés de 9 à 12 ans undeuillés d'un parent suite à un suicide.

**Soumis par:** Camille Lagacé-Labonté  
Étudiante  
Département de psychoéducation et de psychologie  
Université de Québec en Outaouais

**Financement:** Non

Le Comité a conclu que la recherche proposée respecte les principes directeurs de la Politique d'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'Université du Québec en Outaouais.

Ce certificat est valable jusqu'au: 6 avril 2015

Le président du Comité d'éthique de la recherche  
André Durivage



Date d'émission: 6 avril 2012

APPENDICE K

APPROBATION DU CHEF DE SERVICE DU CSSS DE LAVAL

Centre de santé et de services sociaux  
de Laval

Centre de santé et de services sociaux  
de Laval  
2012

**APPROBATION DU PROJET DE RECHERCHE  
PAR LES CHEFS DE SERVICES OU DE DÉPARTEMENTS**

**IDENTIFICATION DU PROJET**

**TITRE :** Création d'un livre pour enfants en français d'un parent à la suite d'un suicide

**CHERCHEUR :** Camille Lagacé-Labonté, candidate au doctorat en psychologie, UQO/UQAM.

**RESPONSABLE AU CSSS DE LAVAL :** Josée Lahaie

**APPROBATION PAR LE CHEF DE SERVICE OU DE DÉPARTEMENT**

> Le projet vous apparaît-il pertinent ?

OUI  NON

> Le projet vous paraît-il éthiquement acceptable ?

OUI  NON

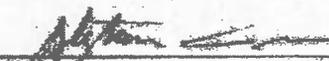
> Les répercussions sur le fonctionnement des services de l'établissement vous semblent-elles acceptables (disponibilité des équipements et des installations, ressources humaines et financières) ?

OUI  NON

> Êtes-vous en accord à ce que le projet de recherche se déroule dans notre centre ?

OUI  NON

**COMMENTAIRES**

  
Signature

26-01-12  
Date

**STÉPHANIE DROUIN**

Nom (en lettres capitales)

**DIRECTEUR INTÉRIEURE SANTÉ MENTALE ADULTE**

Titre

APPENDICE L

TABLEAU COMPILANT L'ÉVALUATION DES COLLABORATEURS À L'ÉTAPE 7

MOT AUX LECTEURS				
ID	Énoncés & commentaires	Évaluation		
		+	±	- pas répondu
	<b>1. Le mot aux lecteurs est pertinent</b>	11 (a,b,c,d,e,f,g,h,i,j,k)	0	0 0
	<b>2. Le message adressé aux enfants est adéquat</b>	11 (a,b,c,d,e,f,g,h,i,j,k)	0	0 0
	<b>3. Le message adressé aux parents est adéquat</b>	11 (a,b,c,d,e,f,g,h,i,j,k)	0	0 0
	<b>4. Est-ce qu'il manque des informations dans le mot aux lecteurs? Si oui, lesquelles?</b> <b>Commentaires:</b>			
b	<i>Non.</i>			
c	<i>Non, très adéquat.</i>			
g	<i>Selon moi, ça doit être simple et efficace, donc c'est o.k. ainsi.</i>			
h	<i>Je suggérerais aux lecteurs de lire cette histoire à leur rythme et que ça se pourrait qu'ils veuillent faire des pauses pour ensuite reprendre leur lecture.</i>			
k	<i>L'invitation à se confier est pertinente, mais il n'est pas question des tabous qu'ils auront à surmonter.</i>			
	<b>5. Est-ce qu'il y a des éléments que vous changeriez? Si oui, lesquels?</b> <b>Commentaires:</b>			
a	<i>1. Ressources moins locales ex. référer aux centres de prévention du suicide de leur région ou au nouveau numéro provincial, plutôt qu'à Suicide Action Montréal qui est une ressource de Montréal seulement. 2. De plus, on pourrait fournir une liste de ressources avec des numéros de téléphones (les "grands classiques" déjà énumérés).</i>			
b	<i>Certains termes semblent plus soutenus (ex. ébranlant, réconfort, bouleversé). Des termes plus simples pourraient avantager la compréhension du jeune lecteur.</i>			
c	<i>4e paragraphe : "étant donné les circonstances, le dialogue peut (ajouter, à certains moments) s'avérer..."</i>			
e	<i>Éliminer les parenthèses (reformuler les infos qu'on y trouve).</i>			
g	<i>Dans la partie pour enfants, je changerais "Perdre sa mère..." par "Vivre la mort..." Pour un adulte ça va de soi, mais un enfant de 8-9 ans cherche à retrouver ce qui est perdu et c'est complexe. J'irais avec le vrai mot.</i>			
h	<i>Je mettrais plus en évidence le message qui est adressé aux enfants et celui aux parents - lettres plus grosses et plus foncées.</i>			
i	<i>Je me demande comment une mère endeuillée et tourmentée va entendre/lire, les mots de la mère de Samuel. Bien que tu sois adéquate et réconfortante, je me questionne sur la façon dont certaines mères du moins, vont pouvoir s'identifier à elle. Va-t-elle être perçue inaccessible ou idéalisée? Peut-être faudrait-il rassurer le parent en précisant que le personnage a été créé pour leur donner des pistes d'intervention, mais qu'il est normal qu'il ne puisse pas toujours réagir de la même manière qu'elle. Il faut être conscient que la mère de Samuel parle un peu comme une psy le ferait.</i>			
	<b>7. Autres commentaires:</b>			
a	<i>Très bonne idée que de débiter par ce mot!</i>			
b	<i>Il serait intéressant d'introduire le récit en expliquant qu'il est divisé en deux parties distinctes (primaire et secondaire) en situant également les personnages pour permettre au lecteur de se sentir guidé dans sa lecture.</i>			
c	<i>La section est claire et pertinente. Longueur du texte très adéquat. Bonne idée de s'adresser aux enfants et aux parents séparément.</i>			
f	<i>Cette partie me semble très adéquate.</i>			
h	<i>Belle introduction au document et à la suggestion d'être accompagné au besoin.</i>			

L'HISTOIRE - LA FORME					
ID	Énoncés & commentaires	Évaluation			
		+	±	- pas répondu	
	<b>Les titres (du livre et des chapitres) sont adéquats.</b>	8 (a,b,c,d,f,h,j,k)	2 (g,i)	1 (e)	0
	<b>Commentaires:</b>				
b	<i>Les dates fournissent un repère important et pertinent pour le lecteur, les années pourraient également être ajoutées.</i>				
d	<i>Le soleil après la tempête (elle n'est pas grosse la tempête).</i>				
e	<i>Le titre du manuscrit n'a pas assez punch pour donner goût à un enfant d'ouvrir le livre. Le titre pourrait faire référence à un mot ou à une expression qui revient souvent dans le manuscrit. Les titres des chapitres manquent aussi de punch... pourraient être reformulés sous forme de question: Par exemple, "Pourquoi il ne faut pas mettre de chandail rouge le mardi?". Juste inscrire le mois (ou ne rien mentionner du tout et donner des indices sur le temps de l'année dans le chapitre).</i>				
g	<i>Titre chapitre 11??? On sait avec qui il dîne habituellement, il sait qu'il est le meilleur en musique; on est alors plus loin que la rentrée?</i>				
i	<i>Le mot soleil dans le titre peut-il laisser sous-entendre que tout sera réglé? Est-ce trop une grande dichotomie soleil-tempête?</i>				
	<b>La longueur du récit est adéquate pour les 9-12 ans.</b>	8 (a,b,c,d,e,i,j,k)	1 (g)	2 (f,h)	0
	<b>Commentaires:</b>				
a	<i>Pour un bon lecteur</i>				
b	<i>Les chapitres étaient d'une longueur adéquate.</i>				
e	<i>Les chapitres sont de la bonne longueur (ne sont pas lassants).</i>				
f	<i>Suite aux expériences vécues dans l'accompagnement d'élèves vivant un deuil, je ne crois pas qu'ils auraient eu la disponibilité cognitive pour s'engager dans une lecture aussi longue. En général, les élèves de 9-10 ans lisent des romans beaucoup plus courts. J'ai été captivée par cette histoire, et je crois que des élèves âgés de 9-12 ans l'apprécieraient aussi. Ma seule inquiétude est en lien avec la longueur du texte, non pas que des passages soient ennuyants, mais je crois qu'un élève de cet âge aurait du mal à s'engager seul dans cette lecture. Il est difficile pour moi de vous suggérer où et quoi couper puisque chacun des chapitres apportent des informations importantes.</i>				
g	<i>Je ne suis pas certaine.</i>				
h	<i>La longueur de l'histoire est un peu trop longue. Réduire peut-être les échanges plus superflus ainsi que les activités plus "normales"- ou faire un résumé. Est-ce qu'autant de chapitres sont nécessaires? Le texte me paraissait parfois un peu long avec beaucoup de petits détails de la vie quotidienne. En faisant une tentative de réduire des anecdotes ou de les synthétiser, cela pourrait alléger le texte et rendre l'histoire plus au point.</i>				
j	<i>Trop long si lu à reculons.</i>				
	<b>Les péripéties, la chronologie des événements sont adéquates.</b>	10 (a,b,c,d,e,f,g,i,j,k)	1 (h)	0	0
	<b>Commentaires:</b>				
a	<i>Modifications mineures - voir les notes inscrites par celle-ci dans le manuscrit (les éléments principaux ont été retranscrits dans la section Commentaires ou suggestions à apporter).</i>				
b	<i>Le manuscrit offre un portrait réaliste de la réalité d'un enfant de 9 ans.</i>				
c	<i>Très belle créativité dans le choix d'anecdotes et d'événements qui ont permis d'illustrer les différentes réactions propres au deuil par suicide.</i>				
e	<i>Faire une chute à la fin de chaque chapitre pour inciter le lecteur à poursuivre (un "page turner").</i>				
h	<i>La longueur de l'histoire est un peu trop longue. Réduire peut-être les échanges plus superflus ainsi que les activités plus "normales"- ou faire un résumé. Est-ce qu'autant de chapitres sont nécessaires?</i>				

<b>L'histoire en général est adéquate.</b>		<b>8</b> (a,b,c,d,f,g,i,j)	<b>2</b> (h,k)	<b>1</b> (e)	<b>0</b>
<b>Commentaires:</b>					
e	<i>Ce serait bien d'ajouter une intrigue qui puisse lier tous les chapitres (sans quoi il s'agit trop d'un journal intime plutôt que d'un roman jeunesse). Un punch à la fin s.v.p.</i>				
f	<i>Je crois que cette histoire est très réaliste et qu'un jeune pourrait facilement s'y reconnaître.</i>				
h	<i>La longueur de l'histoire est un peu trop longue. Réduire peut-être les échanges plus superflus ainsi que les activités plus "normales"- ou faire un résumé. Est-ce qu'autant de chapitres sont nécessaires? Très belle histoire, touchante et accessible.</i>				
j	<i>Contenu réaliste. Même si l'histoire est en accélérée, l'évolution est réaliste. Le quotidien de la famille est typique des familles.</i>				
k	<i>Descriptions des lieux ou situations souvent non-pertinents.</i>				
<b>Le vocabulaire est adéquat pour les 9-12 ans.</b>		<b>5</b> (a,f,i,j,k)	<b>6</b> (b,c,d,e,g,h)	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Commentaires:</b>					
b	<i>Tel que mentionné précédemment, l'utilisation de certains termes soutenus ne semblent pas appropriés pour le jeune lecteur (éclaboussent, gâchis, édreton).</i>				
c	<i>À certains passages, le vocabulaire pourrait être simplifié, adapté au niveau du langage d'un jeune de 11 ans (ex: empoigné ou qu'est-ce que c'est..." peut-être trop littéraire. Mais en général, très bien, c'est juste quelques mots, expressions.</i>				
d	<i>Quelques mots difficiles sans plus.</i>				
e	<i>Certaines fois, les enfants parlent trop bien (aucun enfant ne dirait ça de cette manière (ex. p.26).</i>				
g	<i>Vocabulaire parfois adapté, parfois infantilisant (ex1. elle va me gronder;11 ons? ex2. J'ai hâte d'aller au club vidéo, moi. Ex.3 fait si froid dans mon cœur.)</i>				
h	<i>Revoir peut-être le vocabulaire utilisé pour le rendre encore plus simple et concret pour les enfants et certains adultes.</i>				
i	<i>Sauf pour le mot souillé p.30 (à changer)</i>				
<b>Les métaphores sont pertinentes.</b>		<b>9</b> (a,b,c,d,e,f,h,i,j)	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2</b> (g,k)
<b>Commentaires:</b>					
a	<i>*** Page 37: coffre au trésor/ "comme c'est beau!"</i>				
b	<i>L'utilisation de la métaphore " C'est comme s'il y avait de la pluie dans mon cœur" est merveilleuse.</i>				

L'HISTOIRE – NOTIONS DE DEUIL ET RÉACTIONS DES PERSONNAGES					
ID	Énoncés & commentaires	Évaluation			
		+	±	- pas répondu	
<b>DEUIL</b>					
	<b>Les réactions de deuil de Samuel semblent réalistes.</b>	<b>10</b> (a,b,c,d,e,f,h,i,j,k)	<b>1 (g)</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Commentaires:</b>					
a	<i>Bel équilibre entre les réactions de deuil et le train-train quotidien d'un jeune pré-ado</i>				
d	<i>Je trouve que c'est vraiment un gentil ado. Je le trouve très modéré, peut-être un peu trop.</i>				
e	<i>Le personnage a une façon de penser et de s'exprimer qui ressemble à un enfant de 8-9 ans plutôt que 12 ans. (ex. p.8, p.26)</i>				
f	<i>Les émotions ressenties par le jeune, les questionnements du plus vieux et ceux de la plus jeune me semblent très réalistes.</i>				
g	<i>La ligne directrice "je vais mal, je vais bien" n'est pas toujours celle vécue... parfois, le soleil est beaucoup plus long à se pointer et se fait en montagnes russes. Je nuancerais davantage.</i>				
k	<i>Peut-être rare pour un même enfant de vivre tous ces hauts et bas concentrés dans une même période.</i>				
	<b>Les réactions de deuil de Laurence, la petite sœur de Samuel, semblent réalistes.</b>	<b>10</b> (a,b,c,d,e,f,h,i,j)	<b>0</b>	<b>1 (k)</b>	<b>0</b>
<b>Commentaires:</b>					
f	<i>Les émotions ressenties par le jeune, les questionnements du plus vieux et ceux de la plus jeune me semblent très réalistes.</i>				
k	<i>On ne parle pas assez d'elle, celle qui a le même âge que mon fils qui a des réactions plus semblables à celles de Samuel.</i>				
	<b>Les réactions de deuil de la mère de Samuel semblent réalistes.</b>	<b>10</b> (a,b,c,d,e,f,g,h,i,j)	<b>0</b>	<b>1 (k)</b>	<b>0</b>
<b>Commentaires:</b>					
g	<i>Au chapitre 3, l'état de la mère de Samuel passe vite de pas de bonne humeur à calme?</i>				
	<b>Certaines réactions de deuil sont manquantes et devraient être ajoutées au récit.</b>	<b>0</b>	<b>4</b> (c,f,g,k)	<b>7</b> (a,b,d,e,h,i,j)	<b>0</b>
<b>Commentaires:</b>					
a	<i>Le ton est juste. Tu traces un beau tableau des réactions de deuil.</i>				
b	<i>Les émotions sont très bien décrites selon chaque personnage. Mère (l'air d'un robot), fils (colère, inquiétudes), fille (questionnement, colère). Le dernier chapitre pourrait mentionner davantage le cheminement de Samuel dans son deuil. Par exemple, l'explication de ses sentiments par rapport à son sentiment de "revenir normal", se sentir heureux et l'accepter aussi. Cela pourrait permettre au lecteur de voir et de percevoir l'espoir possible dans le deuil.</i>				
c	<i>1. La question que je me pose: l'histoire débute environ 2 mois suite au décès, alors qu'une certaine routine est reprise. Au cours du récit il y a effectivement des passages qui font référence aux premiers jours, premières semaines suite au décès (ex. Salon funéraire, entente avec professeur-école). Par contre je me demande s'il n'y aurait pas lieu de nommer ou de faire référence à des réactions qui peuvent se manifester dans les jours/semaines suite au décès. À quels types de réaction peut-on s'attendre dans ces jours suivant le décès? 2. Mentionner que pas tout le monde réagit pareil (et c'est correct). 3. Aborder le regard des autres au salon funéraire (P.15)</i>				
f	<i>Personnellement, j'ai fait face à des élèves qui se refermaient complètement sur eux-mêmes et qui ne voulaient pas discuter de ce qui s'est passé. J'ai connu un élève, qui, pendant plus d'une heure, refusait de bouger et de parler.</i>				
g	<i>J'aurais exploré davantage le concept de mort. Tout est relié à la mort du père, je comprends mais c'est comme s'il vivait TOUT... J'aurais aimé sentir du bien-être aussi au lire des parties où on ne fait pas mention du père pour alléger. Cette histoire aborde beaucoup de sphères relatives au deuil.</i>				

	<b>Les explications de la mère de Samuel et Laurence, relativement au deuil, sont adéquates.</b>	8 (a,b,c,d,e,f,h,i)	1 (i)	2 (g,k)	0
	<b>Commentaires:</b>				
a	P.33 Modifier le verbatim de la mère pour rendre le discours un peu plus parental, et moins "d'intervenant".				
e	Les expressions de la mère sont toujours claires... Et elle représente très bien la voix de la sagesse.				
g	1. Discours de la mère trop parfait? 2. TROP PARFAIT! 3. La mère répond avec une aisance Intellectuelle remarquable! C'est très rarement comme ça et je me dis que la comparaison mère vs mère du livre pourrait être complexe. J'y ai reconnu certains de mes "comment dire"? de mon livre (que ce soit voulu ou pas :-)) mais dans un discours mère-enfant la réalité est loin de ça. Ex. annonce, ex. chapitre 14 p.48 Moman qui répond à Laurence... C'est parfait, mais trop sec. On ne doit pas, à mon avis, terminer par Il y aura toujours quelqu'un pour toi. Allez... qui veut de la bûche. C'est beaucoup plus émotif que ça. C'est souvent la phrase que les parents veulent détourner. 4. Sa mère était plus "intervenante" que mère... mais je suis sûrement trop blâsée.				
i	Adéquates, mais trop parfaites, la mère endeuillée risque d'être plus maladroite. Je me demande comment une mère endeuillée et tourmentée va entendre/lire, les mots de la mère de Samuel. Bien qu'elle soit adéquate et réconfortante, je me questionne sur la façon dont certaines mères vont pouvoir s'identifier à elle. Va-t-elle être perçue inaccessible ou idéalisée? Il faut être conscient que la mère de Samuel parle un peu comme une psy le ferait.				
k	Réponses qui semblent apprises par cœur, prises dans un livre de psychologie. Un parent en deuil n'a pas toutes les réponses ni les ressources et il se sent démuné et seul.				
<b>SUICIDE</b>					
	<b>Les enjeux principaux d'un deuil parental par suicide sont présentés dans l'histoire.</b>	7 (a,b,e,h,i,j,k)	2 (c,g)	0	2 (d,f)
	<b>Commentaires:</b>				
g	En fait, je ne sens pas vraiment les particularités par rapport au suicide. Quelques-uns: le regard de l'autre (ami d'école ou remise en question de l'amour), mais l'enjeu du parent est souvent de parler du moyen, d'imaginer les dernières secondes, etc. Je trouve que les particularités d'un deuil par suicide que tu expliques à la fin sont plus ou moins présentes dans l'histoire. Je sens les généralités de tous types de deuil, mais pas très bien celui par suicide spécifiquement.				
	<b>Certains enjeux relatifs au deuil parental par suicide devraient être ajoutés à l'histoire.</b>	3 (c,j,k)	2 (b,g)	4 (a,e,h,i)	2 (d,f)
	<b>Commentaires:</b>				
b	Il serait peut-être pertinent de dire que Samuel a appris la façon dont son père s'est suicidé (sans nécessairement le nommer). Toutefois, l'explication du sentiment lié à l'acte de violence pourrait être explorée.				
c	Sentiments de gêne, de honte. Sentiment d'être différent des autres (surtout pour un jeune ado qui est en phase de transition; primaire-secondaire...). Attention non désirée, sentiment que les autres (pols) ne peuvent pas le comprendre. Les réactions dans les jours suivant le décès.				
g	En fait, je ne sens pas vraiment les particularités par rapport au suicide. Quelques-uns: le regard de l'autre (ami d'école ou remise en question de l'amour), mais l'enjeu du parent est souvent de parler du moyen, d'imaginer les dernières secondes, etc. J'ajouterais: comment elle a expliqué le moyen, l'interrogation de comment ça s'est passé, l'appréhension, la dévalorisation et la culpabilité, le tabou de société, les difficultés à en parler.				
j	À explorer davantage: la crainte de perdre son autre parent dans les mêmes circonstances. Aussi, la famille du père n'est pas présente (grands-parents paternels). Il n'a pas été question de la famille du père (oncle-tante-grands-parents). Il peut être intéressant de soulever cette réalité. L'enfant a-t-il connu des changements au niveau de ses contacts, fréquence des visites dans l'autre famille? Y a-t-il des tensions familiales soulevées par le suicide du père dont l'enfant peut être témoin ou ressentir? Parfois, il peut y avoir des messages contradictoires entendus.				
k	1) Le blocage à la communication: un enfant qui n'ose pas exprimer sa peine de peur de faire pleurer son père de peur qu'il fasse comme sa mère et il le perdra lui-aussi... 2) Les rituels pour aider à s'en sortir. 3) Le parent face à ses propres doutes, peurs, peines, incompréhensions, ses croyances toutes mêlées, bouleversées par cet acte violent et inacceptable, ses périodes de déprime ou de découragement.				

<b>Certains passages sont émotionnellement trop intenses à lire pour des 9-12 ans.</b>		<b>1</b> (k)	<b>1</b> (b)	<b>8</b> (a,c,d,e,g,h,i,j)	<b>1</b> (f)
<b>Commentaires:</b>					
a	<i>Page 43: Je retrancherais quelques phrases, ça fait un peu trop à mon avis (chapitre 12/ 3e paragraphe: lorsqu'il s'adresse mentalement à son père). Page 25: Peut-être y a-t-il lieu de traiter ces 2 aspects de façon distincte (1. la peur de perdre à nouveau un proche 2. la peur des phénomènes surnaturels) car je trouve que cette section est un peu plus chargée; on sent plus le "placement" de réactions de deuil dans ton récit. Tu aurais peut-être avantage à l'alléger pour maintenir la fluidité dans la lecture.</i>				
b	<i>Le chapitre 4 est très fort en émotions, lorsque Samuel parle de voir et toucher son père dans le cercueil.</i>				
h	<i>Je ne crois pas, si cette lecture se fait au rythme de l'enfant avec un accompagnement adéquat.</i>				
k	<i>L'annonce de la mort du père et la peur des fantômes dans la maison sont difficiles même pour moi.</i>				
<b>Les explications de la mère de Samuel, relativement au suicide semblent adéquates.</b>		<b>8</b> (a,b,c,d,e,f,i,j)	<b>3</b> (g,h,k)	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Commentaires:</b>					
a	<i>Page 38: Modifier les extraits par: " Ce qui est triste c'est qu'il existait plusieurs solutions...." ET "Samuel, tu ne pouvais pas lui venir en aide... Si ses problèmes étaient si lourds pour lui, comment toi, comme un enfant aurais-tu pu l'aider?" Cette reformulation me paraît moins vexante pour un jeune.</i>				
b	<i>La relation de la mère et ses enfants est très importante et touchante.</i>				
e	<i>Les expressions de la mère sont toujours claires... Et elle représente très bien la voix de la sagesse.</i>				
f	<i>La mère représente un beau modèle pour un parent se retrouvant dans cette situation.</i>				
g	<i>Discours de la mère trop parfait? L'annonce manque de détails à mon avis. L'enfant de 6 ans ne sait pas ce qu'est le suicide... Et celui de 11 ans veut savoir comment et où la majorité du temps.</i>				
h	<i>Seroit-il pertinent de les mettre plus d'une fois dans des mots différents: simples et clairs, accessibles pour des enfants.</i>				
i	<i>Je me demande comment une mère endeuillée et tourmentée va entendre/lire, les mots de la mère de Samuel. Bien qu'elle soit adéquate et réconfortante, je me questionne sur la façon dont certaines mères vont pouvoir s'identifier à elle. Va-t-elle être perçue inaccessible ou idéalisée? Il faut être conscient que la mère de Samuel parle un peu comme une psy le ferait.</i>				
k	<i>Elles sont pertinentes, mais trop parfaites: ça ne se passe pas toujours comme ça dans la vraie vie. Les commentaires de la mère sont trop parfaits, trop logiques pour être dits par une amoureuse en plein drame.</i>				

L'HISTOIRE – APPRÉCIATION GÉNÉRALE					
ID	Énoncés & commentaires	Évaluation			
		+	±	- pas répondu	
<b>Intérêt</b>					
	L'histoire est intéressante.	11 (a,b,c,d,e,f,g,h,i,j,k)	0	0	0
<b>Commentaires:</b>					
b	L'histoire était très intéressante.				
e	C'est pertinent et intéressant à lire.				
f	J'ai trouvé cette histoire très intéressante et pertinente.				
i	Idées du script originales et efficaces. Nous croyons ou personnage et nous avons l'impression de comprendre les enjeux d'enfant.				
	Certains passages de cette histoire sont ennuyants.	0	2 (h,k)	9 (a,b,c,d,e,f,g,i,j)	0
	J'ai eu du plaisir à lire cette histoire.	10 (a,b,c,d,e,f,g,h,i,j,k)	1 (g)	0	0
<b>Commentaires:</b>					
a	Captivant				
f	J'ai été captivée par cette histoire.				
g	Un peu formatif... Du point de vue informatif c'est assez complet. En ce sens c'était difficile pour moi de décrocher de ça et d'avoir du plaisir à lire. Même à la deuxième lecture. Je me disais que le but du lecteur doit être d'en connaître davantage sur le deuil, de se "normaliser" mais pas de se divertir. Un jeune endeuillé sera à chaque partie plongé dans ce deuil et dans le sien et un jeune non endeuillé sera plongé +++ dans un monde inconnu et difficile. Si ton but est l'information et briser l'isolement, c'est réussi!				
	J'ai aimé la fin de cette histoire.	8 (a,b,c,d,f,h,j,k)	2 (g,i)	1 (e)	0
<b>Commentaires:</b>					
e	Ajouter une intrigue permettrait de : lier les chapitres, faire un punch (chute) à la fin des chapitres, faire un punch final.				
g	Vers futur? Un peu trop il fait tempête- Il fait soleil. De façon réaliste des nuages demeurent...				
i	Peut-être serait-il pertinent de terminer l'histoire avec une métaphore qui viendrait résumer le fait que la douleur diminue avec le temps et que le défunt reste en nous pour toujours. Il me semble que c'est une idée centrale. Un peu comme si Samuel léguait aux lecteurs ce qu'il avait appris; la "morale de l'histoire".				
<b>Émotions</b>					
	Je me suis senti imprégné par les émotions de Samuel.	8 (a,b,d,f,g,h,i,k)	2 (e,j)	1 (c)	0
<b>Commentaires:</b>					
a	Un récit qui rend très bien compte des émotions. Je crois que la plus grande force de cette histoire relève de sa capacité d'évoquer des émotions... On ressent l'affect des personnages.				
b	À la lecture, il est possible de ressentir l'empathie, l'écoute et le respect des émotions vécues par Samuel.				
e	Il faut avouer que je ne suis pas le public cible et que je ressens peu d'émotions quand je lis en général.				
g	Samuel est celui qui m'a touchée. J'ai moins senti sa sœur.				
h	Ce texte fait vivre toutes sortes d'émotions. On sent la lourdeur des émotions, mais il y a toujours un moment où celles-ci sont évacuées et transformées.				

	Cette histoire m'a fait ressentir de la tristesse.	4 (b,h,i,k)	4 (c,d,f,g,)	3 (a,e,i)	0
	J'ai versé des larmes en lisant cette histoire.	2 (b,f)	4 (a,c,g,k)	5 (d,e,h,i,j)	0
<b>Commentaires:</b>					
g	<i>J'ai versé des larmes en lisant cette histoire" = 2x : spectacle et diplôme.</i>				
	Certains passages de l'histoire m'ont fait penser à des deuils personnellement vécus.	3 (h,j,k)	3 (c,d,i,)	4 (b,e,f,g)	1 (a)
	J'ai trouvé cette histoire émotionnellement trop intense.	0 ()	3 (b,f,k)	8 (a,c,d,e,g,h,i,j)	0
<b>Commentaires:</b>					
k	<i>L'annonce de la mort du père et la peur des fantômes dans la maison sont difficiles, même pour moi.</i>				
	Il m'est arrivé de perdre la notion du temps pendant la lecture de cette histoire.	3 (a,b,d,)	3 (f,g,k)	5 (c,e,h,i,j)	0
	Certains passages de cette histoire m'ont fait sourire.	6 (a,b,c,e,f,h,)	4 (d,g,i,k)	1 (j)	0
	Je me suis attaché aux personnages.	9 (a,b,c,d,f,h,i,j,k)	2 (e,g)	0 ()	0
<b>Commentaires:</b>					
b	<i>J'ai été attachée à chacun des personnages de la famille.</i>				
h	<i>Facilement attachée aux personnages, surtout Samuel.</i>				
j	<i>On se retrouve dans les personnages (moi dans la mère). On se sent concerné.</i>				

		INFORMATIONS AUX PARENTS ET AUX INTERVENANTS				
ID	Page	Énoncés & commentaires	Évaluation			
			+	±	-	pas répondu
		Cette section est agréable à lire.	10 (b,c,d,e,f,g,h,i,j,k)	0	0	1 (a)
		Certains aspects importants relatifs au deuil par suicide sont manquants et devraient être ajoutées.	2 (g,k)	0	6 (b,c,d,e,h,i)	3 (a,f,j)
		Certains aspects relatifs au deuil ou au suicide ne sont pas suffisamment bien expliqués.	2 (g,k)	0	8 (b,c,d,e,f,h,i,j)	1 (a)
		De manière générale, les informations présentées dans cette section sont bien expliquées.	9 (b,c,d,e,f,g,h,i,j,k)	1 (g)	0	1 (a)
		<b>Commentaires:</b>				
e	nil	<i>Toutes les parties sont excellentes, mais ce serait bien d'éliminer les parenthèses (trop nombreuses... affecte la fluidité du texte).</i>				
		<b>Section 1:</b>				
		<b>Faut-il annoncer le suicide ou leur cacher la vérité pour les protéger?</b>				
		<b>Commentaires:</b>				
a	59	<i>P. 59: le dernier paragraphe fait état de l'importance de choisir un moment optimal. Or, il est rare que les parents aient le loisir de choisir leur moment et qu'ils soient en contrôle. Afin d'éviter de susciter un sentiment de culpabilité, je retranscrirais cette phrase pour plutôt mettre l'accent sur l'importance d'être accompagné.</i>				
a	59	<i>p.59 Peu réaliste à mon avis: "et c'est pourquoi on doit choisir, autant que possible, un moment où l'on se sent disposé, c'est-à-dire émotionnellement en contrôle et disponible pour écouter et épauler son enfant".</i>				
a	59	<i>p.59 Trouver un autre terme que "fragile" / ex: si vous en ressentez le besoin</i>				
b	nil	<i>Offrir des exemples de question selon l'âge.</i>				
b	nil	<i>Faut-il annoncer comment le suicide s'est produit? (peut-être pas explicitement, mais en image?)</i>				
c	nil	<i>Peut-être proposer quelques exemples, des types de questions que les enfants pourraient poser (selon l'âge) et les types de réponses qu'on peut donner.</i>				
g	nil	<i>Les gens se demandent souvent quoi dire... cela manque. C'est ce qui rend la tâche plus difficile que les autres types de mort. L'enjeu du parent est souvent de parler du moyen, d'imaginer les dernières secondes, etc. J'ajouterais: comment expliquer le moyen, l'interrogation de comment ça s'est passé.</i>				
g	nil	<i>Les parents veulent savoir si leur jeune a plus de chance de reproduire le geste.</i>				
h	nil	<i>4<sup>e</sup> phrase: Pas très claire la façon dont elle est écrite.</i>				
h	nil	<i>Commencer par: "les spécialistes recommandent..." afin de 1)...; 2) ...; et 3)... . Énumérer peut aider le rappel et donner un sens.</i>				
h	nil	<i>Mettre en gras les aspects du suicide.</i>				
i	nil	<i>En fonction de l'âge?</i>				

<b>Section 2:</b>		
<b>Les enfants ont-ils leur place dans les cérémonies funéraires?</b>		
<b>Commentaires:</b>		
a	nil	<i>Très bien</i>
b	nil	<i>Partie riche en informations (offrir le choix à l'enfant, expliquer concrètement les étapes, les émotions).</i>
b	nil	<i>Très intéressant d'inclure l'enfant dans les préparatifs.</i>
c	nil	<i>Parfait.</i>
g	nil	<i>Ne pas expliquer qu'au plus jeune, même l'ado n'a souvent pas de référence.</i>
g	nil	<i>J'évitais de donner un nombre d'heure ex. 1 heure... c'est trop personnel.</i>
h	nil	<i>On peut aussi suggérer qu'un adulte significatif, en plus du parent, accompagne un jeune enfant pour que le parent puisse vivre la cérémonie comme il doit le faire. Cet adulte peut donc retirer l'enfant au besoin, jouer avec lui, etc.</i>
i	nil	<i>En fonction de l'âge?</i>
k	nil	<i>Mentionner l'importance pour l'enfant de voir son parent une dernière fois pour l'aider à réaliser qu'il ne reviendra pas et à faire son deuil.</i>
<b>Section 3:</b>		
<b>Qu'est-ce que les enfants comprennent de la mort?</b>		
<b>Commentaires:</b>		
a	60	<i>P. 60: ajouter un élément à la phrase: (...) le jeune âgé entre 0-2 ans se montre sensible aux tensions, aux changements de routine, "et à l'absence d'un parent qui prenait soin de lui".</i>
b	nil	<i>Il serait intéressant d'expliquer certaines pistes concernant les échanges entre les enfants de différents âges. Par exemple: comment un parent peut fournir des explications des différentes compréhensions des enfants. Essentiellement, fournir des explications sur comment la relation entre frère et sœur peut être modifiée à la suite d'une compréhension différente de la mort d'un parent.</i>
c	nil	<i>Très bien, rien à ajouter.</i>
g	nil	<i>Pour ma part, j'évite de donner des âges parce que: absence de consensus littéraire et le parent a alors des attentes concrètes. La compréhension dépend de divers facteurs. J'axerais sur le groupe d'âge de l'histoire.</i>
g	nil	<i>Je sens que ton histoire vise la pré-adolescence mais que ta dernière partie vise les plus petits.</i>
h	nil	<i>Mettre en évidence que ce ne sont que des explications générales/ plus communes.</i>
h	nil	<i>"Irrévocable" pas connu de tous; un autre mot peut-être plus accessible à tous.</i>
h	nil	<i>Suggérer des lectures plus approfondies sur la compréhension de la mort chez les enfants.</i>
i	nil	<i>Peut-être mettre cette section en premier, pour que les parents comprennent mieux l'enfant en fonction de l'âge.</i>
i	nil	<i>Je reste un peu sur mon appétit. Peut-être en dire un peu plus?</i>
i	nil	<i>Parler de la notion de où va la mort, des termes à utiliser et ceux à éviter.</i>
k	nil	<i>Il ne comprend pas la motivation de sa mère à se donner la mort elle-même, pas plus que moi.</i>

		<b>Section 4:</b> <b>Comment réagissent-ils face à la mort d'un être cher?</b>
<b>Commentaires:</b>		
a	60	<i>P.60: remplacer "sont fragiles" par: Ils "ne saisissent pas toutes les implications de la perte".</i>
a	61	<i>Page 61: après "rire aux éclats": Ajouter la phrase : " Ils peuvent aussi ne manifester que très peu de réactions dans les premiers temps".</i>
a	61	<i>p.61 être irritables</i>
a	61	<i>Page 61: Modifier la formulation "chez l'enfant éprouvant de la difficulté à s'adapter"/ Pas seulement avec difficulté d'adaptation; comment ne pas régresser devant une telle blessure... Le collaborateur suggère d'enlever un passage et de poursuivre comme suit "Chez l'enfant, on remarque souvent des changements de comportement, par exemple..."</i>
a	61	<i>Page 61: Changer visiter pour "retrouver" l'être aimé.</i>
b	nil	<i>Offrir des exemples de comment réagir à un acte de colère chez l'enfant (laisser vivre sa colère, limiter sa colère, etc.) ou tout autre émotion (tristesse, peur).</i>
c	nil	<i>Très bien, rien à ajouter.</i>
f	nil	<i>Suite au décès d'un parent d'un élève, les professionnels de notre école nous avaient préparés à accueillir l'élève à son retour à l'école. J'avais apprécié la mise en garde qui nous avait été faite de ne pas projeter à l'enfant des émotions que nous, comme adulte, pensons qu'il pouvait éprouver. L'élève ne vivait peut-être pas cette émotion à ce moment et que nommer une plutôt qu'une autre pouvait le déstabiliser et l'amener à se demander s'il était normal. Autre mise en garde qui nous avait été faite était de ne pas tomber dans le récit de nos propres expériences de deuil, ce qui avait été très pertinent pour certaines personnes.</i>
g	nil	<i>O.k. mais encore ici, tu termines avec l'enfant ne saisit pas très bien la signification de la permanence. Ton public cible est 9-12 ans? Il faudrait ne pas les oublier!</i>
g	nil	<i>Chaque deuil est personnel; j'appuierais là-dessus.</i>
h	nil	<i>Mêmes sentiments mais peuvent être exprimés différemment des adultes.</i>
h	nil	<i>Belle description par la suite!</i>
i	nil	<i>Interchanger certaines sections (Mots aux parents et intervenants) Parler des étapes du deuil (phases) ici ou ici (fiches dessinées) permettrait d'amener le point suivant: l'idée du choc émotif plus intense.</i>
k	nil	<i>Comment aider un enfant à sortir de sa froideur apparente, de son refus d'aborder le sujet? Il se dit tonné de m'entendre parler de deuil et de mort avec lui ou autour de lui avec d'autres. Il veut passer à autre chose.</i>
		<b>Section 5</b> <b>Comment le travail de deuil s'effectue chez l'enfant?</b>
<b>Commentaires:</b>		
a	61	<i>P.61: Fin du 2e paragraphe: Tu peux p-ê ici (2e paragraphe) situer, en termes accessibles, ce qu'est le travail de deuil; soit, se détacher du "parent concret" pour trouver une autre façon d'être en lien avec lui.</i>
a	61	<i>p.61 le jeune endeuillé entretient</i>
a	61	<i>P. 61: Tu peux aussi parler de la connexion à travers des ressemblances avec le défunt que l'enfant porte en lui.</i>
a	62	<i>P.62: remplacer le jeune qui se croyait <del>superhéros</del> guéri par: "désormais dégagé de son chagrin".</i>
a	62	<i>p.62: Je reprendrais l'image du "travail" par "vagues" dans le temps.</i>
b	nil	<i>Inclure dans cette partie que le deuil varie selon chaque personne.</i>
b	nil	<i>Inclure également l'explication que le deuil n'est pas linéaire.</i>
b	nil	<i>Également fournir l'aspect que le deuil est un cheminement tout aussi important que le résultat.</i>
c	nil	<i>Très bien, rien à ajouter.</i>
g	nil	<i>O.K. C'est clair.</i>
h	nil	<i>Dernier paragraphe: Non seulement les enfants sont impatients ou désespérés, mais les gens autour d'eux aussi parfois. Donc, l'entourage doit aussi comprendre que ce processus peut-être long et demande patience et compassion.</i>
k	nil	<i>Les croyances ne sont pas qu'une affaire d'enfant. Les adultes aussi ont les leurs, souvent religieuses, souvent remises en doute par le suicide, et ça complique les explications données à l'enfant.</i>

		<b>Section 6</b>
		<b>Quelles sont les particularités du deuil parental par suicide?</b>
		<b>Commentaires:</b>
a	62	<i>P.62: Ajouter " et à sa propre sécurité"</i>
a	62	<i>P. 62: 2e paragraphe: J'élaborerais sur le décalage entre le regard idéalisé que l'enfant pose sur son parent et la réalité de la souffrance du suicide de celui-ci. Cette idée est propre au deuil parental par suicide et représente selon moi l'un des plus grands défis pour l'enfant endeuillé.</i>
b	nil	<i>Très pertinent d'inclure dans cette partie, le sentiment de sécurité, l'abandon, l'intériorisation du suicide et de prendre soin de l'autre parent.</i>
g	nil	<i>1er paragraphe: As-tu des recherches qui appellent ça? Ce n'est pas ce que je vois dans la pratique nécessairement et j'ai toujours cherché des recherches comparatives sans les trouver. Je vois le choc émotif souvent plus fort lors des décès accidentels, homicides ou subits...</i>
g	nil	<i>2e paragraphe: O.K.</i>
g	nil	<i>3e paragraphe: O.K. Aussi, diminution de la confiance en les adultes en général.</i>
g	nil	<i>4e paragraphe: O.K. mais l'aide professionnelle ne doit pas être envisagée uniquement dans ce cas.</i>
h	nil	<i>Encore une fois, pour rendre l'information plus claire; mettre en évidence certains mots clé; c'est utile comme repère par la suite.</i>
i	nil	<i>8e ligne, 2e paragraphe: rajouter aussi qu'il n'a pas su aller chercher de l'aide, mettre des mots sur sa souffrance pour répondre à la question: pourquoi il n'a pas vu de solutions?</i>
k	nil	<i>Il ne veut pas penser à sa mère, il a peur de rêver à elle, car il est sûr que la première image qui viendra sera de la voir pendue dans le sous-sol.</i>
		<b>Section 7</b>
		<b>Comment aider mon enfant?</b>
		<b>Commentaires:</b>
a	nil	<i>Cette section est particulièrement complète et bien rédigée. Paragraphes 1 et 2 = Super!</i>
b	nil	<i>Section très complète (beaucoup d'outils et de conseils).</i>
g	nil	<i>O.K. Bien :-)</i>
h	nil	<i>'somatise"; décrire/définir pour le parent, donner des exemples.</i>
h	nil	<i>Mettre encore plus en évidence la section du parent qui doit lui s'occuper de son deuil pour aider son enfant.</i>
l	nil	<i>Commencer par prendre soin soi-même de sa peine en en parlant, en allant chercher du support (il faudrait commencer la section par le 3e paragraphe, 7e ligne). Poursuivre ensuite avec le 4e paragraphe.</i>
i	nil	<i>Ajouter l'idée de créer quelque chose avec l'enfant pour se souvenir pour se recueillir, pour continuer à penser à lui (ex. album que l'enfant peut garder avec lui).</i>
k	nil	<i>Comment m'assurer que le suicide ne sera pas une solution envisageable pour lui, maintenant que sa mère lui a montré l'exemple? Cette perspective me hante. À 7 ans c'est peu probable, mais à sa première peine d'amour...</i>

<b>Section 8</b>		
<b>Quand peut-on considérer le deuil comme terminé?</b>		
<b>Commentaires:</b>		
a	nil	<i>Cette section est particulièrement complète et bien rédigée.</i>
a	nil	<i>Cette section serait à placer en 6, après la section 5.</i>
b	nil	<i>Quelles sont les différentes Interprétations de l'enfant selon son cheminement d'âge? Fournir des outils aux parents sur comment expliquer le sujet selon le changement d'âge de l'enfant. Par exemple l'adolescent qui vieillit et qui devient très défenseur négatif envers son parent défunt, comment doit réagir le parent?</i>
g	nil	<i>1er paragraphe: Je me questionne... la douleur s'estompe mais lorsque le Jeune comprend mieux elle s'intensifie... Je ferais attention étant donné que tu t'adresses à des parents.</i>
g	nil	<i>2e paragraphe: O.K.</i>
h	nil	<i>Bien décrit.</i>
i	nil	<i>O.K.</i>
k	nil	<i>Est-ce que le fait de ne pas vouloir m'en parler pour ne pas me faire de peine peut retarder son deuil?</i>
<b>Section 9</b>		
<b>À qui m'adresser afin d'obtenir de l'aide?</b>		
<b>Commentaires:</b>		
a	65	<i>P.65: Ressources moins locales ex. référer aux centres de prévention du suicide de leur région ou au nouveau numéro provincial, plutôt qu'à Suicide Action Montréal qui est une ressource de Montréal seulement.</i>
a	65	<i>p.65: De plus, on pourrait fournir une liste de ressources avec des numéros de téléphones (les "grands classiques" déjà énumérés).</i>
b	nil	<i>Le parent survivant demeure un modèle pour l'enfant. Il est donc essentiel que le parent survivant soit à l'affût de ses réactions et puisse vivre un deuil adéquatement.</i>
g	nil	<i>Suicide action Montréal? Ton public cible n'est que Montréal? J'irais avec la ligne 1-866...</i>
g	nil	<i>Deuil-jeunesse a une portée provinciale si tu veux l'inscrire. Je comprendrai sinon :-)</i>
h	nil	<i>Mettre en relief les différentes ressources.</i>
i	nil	<i>Mettre ressources concrètes? Ex: guide info-famille; organismes, livres, sites Internet, DVD, édition Ste Justine (consulter section suicide et suicide d'un parent).</i>

PUBLIC CIBLE					
ID	Énoncés & commentaires	Évaluation			
		+	±	pas répondu	
	<b>Cette histoire pourrait être aidante/ Je la recommanderais à un enfant endeuillé d'un parent par suicide.</b>	11 (a,b,c,d,e,f,g,h,i,j,k)	0	0	0
<b>Commentaires:</b>					
a	<i>Cette histoire met en mots l'expérience d'un enfant endeuillé et l'aide à briser l'isolement (il n'est pas seul à se sentir ainsi).</i>				
b	<i>Elle offre une histoire concrète et quotidienne d'un garçon ayant vécu le deuil. Elle permet d'affirmer un sentiment de normalité et certaines réactions spécifiques au deuil après suicide.</i>				
c	<i>Cela pourrait l'aider à mieux comprendre les notions de suicide et de deuil, et l'aider à mieux comprendre ce qu'il pourrait vivre et ressentir. L'aider à nommer ce qu'il ressent. Certainement l'aider à se sentir validé et ainsi le rassurer.</i>				
d	<i>Lui faire connaître quelqu'un qui vit la même chose que lui. Avoir un modèle.</i>				
f	<i>À condition qu'il soit accompagné. Je pense que cette histoire pourrait permettre à un enfant de prendre conscience des réactions et des sentiments éprouvés par un autre enfant. Je crois qu'il pourrait aussi y trouver des réponses que son parent n'arriverait pas à lui donner. Ce livre pourrait aussi permettre d'engager un dialogue avec son parent. Je m'assurerais cependant qu'un adulte lise le livre en même temps que lui et qu'il s'assure d'être présent pour en discuter et pour le supporter dans ses émotions.</i>				
g	<i>Cette histoire permet, d'en connaître davantage sur le deuil, de se "normaliser" mais pas de se divertir. Si ton but est l'information et briser l'isolement, c'est réussi! À l'énoncé "Je recommanderais cette histoire à un enfant endeuillé": mais peut-être pas systématiquement à tous au même moment. Cette histoire aborde beaucoup de sphères relatives au deuil.</i>				
h	<i>D'une part, l'enfant peut se reconnaître dans le récit à certains égards. De plus, il peut avoir accès à des mots pour mieux identifier, reconnaître et exprimer ses pensées, sentiments et expériences. Si différent, cela aussi peut être exprimé et discuté avec lui. Donne espoir et réconfort à la fin.</i>				
i	<i>Lui faire sentir qu'il n'est pas le seul, qu'il va vivre différentes étapes, qu'avec le temps, la souffrance diminue, se modifie, etc.</i>				
j	<i>Pour que l'enfant sache que les sentiments qu'il vit sont normaux et qu'il n'est pas le seul à qui c'est arrivé.</i>				
k	<i>Ça lui permet de comparer son vécu avec celui d'un autre enfant dans une situation semblable. Il se sent moins seul.</i>				
	<b>La lecture de cette histoire peut être néfaste pour un enfant endeuillé d'un parent par suicide.</b>	0	5 (b,c,d,g,h)	6 (a,e,f,i,j,k)	0
<b>Commentaires:</b>					
a	<i>Je n'en vois pas d'effets néfastes.</i>				
b	<i>Les effets néfastes pourraient être de faire revivre des sentiments douloureux chez l'enfant, toutefois cela peut également être bénéfique.</i>				
c	<i>Possiblement se rendre compte que son parent survivant n'est pas aussi à l'écoute/pas aussi sensible à ses besoins que le parent dans ce récit. Pourrait-il, par conséquent vivre du ressentiment envers son parent survivant?</i>				
d	<i>Vouloir vivre les mêmes étapes de la même façon.</i>				
g	<i>Un jeune endeuillé sera à chaque partie plongé dans ce deuil (celui de Samuel) et dans le sien. Je m'interroge cependant... Presque tout semble centré sur le deuil, est-ce que ça ne culpabiliserait pas l'enfant qui va bien? J'ai déjà vécu ce genre de situation, c'est pour ça que j'ai ajouté un commentaire à la page 61.</i>				
h	<i>Dans le cas où l'enfant serait forcé à lire l'histoire ou que son rythme de lecture ne soit pas respecté. Un enfant peut ne pas vouloir ressentir ou penser au deuil de son parent...</i>				
i	<i>Que sa mère ne réagit pas comme la mère de Samuel, que ce n'est pas aussi facile pour lui...</i>				

Enfants non endeuillés					
<b>La lecture de cette histoire peut être néfaste pour un enfant non endeuillé.</b>		0	4 (b,d,g,h)	7 (a,c,e,f,i,j,k)	0
<b>Commentaires:</b>					
a	<i>Susciter un sentiment d'angoisse quant à la possibilité qu'un de ses parents se suicide, mais au même titre que de lire un roman dans lequel il est question d'autres sujets angoissants (ex. viol, mort en général).</i>				
b	<i>Si un enfant non endeuillé fait la lecture de ce roman et ne possède pas quelqu'un dans son entourage avec qui il pourra poser des questions, cela pourrait le perturber puisqu'il n'aura pas l'appui d'un pair pour partager ses réflexions.</i>				
d	<i>Trouver ça "cool" parce que l'enfant endeuillé attire l'attention des adultes dans l'histoire.</i>				
g	<i>Un jeune non endeuillé sera plongé +++ dans un monde inconnu et difficile. Pas néfaste, car c'est une belle source d'éducation au deuil, mais comme c'est très centré sur le deuil, il risque de ne pas se sentir concerné... ou d'avoir très peur de vivre la mort d'un proche.</i>				
h	<i>Pourrait soulever une peur de la mort... si anxieux. Sinon permettrait à un enfant de mieux comprendre l'expérience d'un enfant endeuillé. Mettre cette histoire dans le contexte bien sûr.</i>				
k	<i>Être sensibilisé à une nouvelle réalité: la possibilité que ça arrive dans sa famille.</i>				
Parents endeuillés					
<b>Ce manuscrit pourrait être aidant pour un parent endeuillé.</b>		11 (a,b,c,d,e,f,g,h,i,j,k)	0	0	0
<b>Commentaires:</b>					
a	<i>Pour comprendre son enfant.</i>				
b	<i>Il permet d'offrir des exemples concrets du quotidien vécu par un parent endeuillé d'un conjoint ou ex-conjoint (ex. émotions de tristesse, retour à la vie quotidienne).</i>				
c	<i>Pourrait servir de guide, de conseils. Propose des exemples concrets sur quoi dire/comment répondre aux questions, quelle attitude adopter, attitude sécurisante et soutenante pour l'enfant. Encourage le parent à aller chercher de l'aide pour lui et à aller chercher de l'aide s'il se sent incapable de soutenir son enfant. D'aller chercher de l'aide pour son enfant si ce dernier ne semble pas cheminer adéquatement dans son deuil.</i>				
d	<i>Trouver des portes d'entrée pour parler à son jeune.</i>				
h	<i>Informatif pour le parent, normalise ou non certaines réactions, pensées et sentiments. Soutien au parent dans l'expression de mots pour expliquer, nommer et réconforter leur enfant. Permet d'aller chercher propre soutien.</i>				
i	<i>Lui servir de modèle. Améliorer sa compréhension de son enfant.</i>				
j	<i>Il peut surtout être utile en aidant le parent survivant à ajuster ses interventions avec les enfants et comprendre certaines phases ou réactions.</i>				
<b>Ce manuscrit pourrait aider un parent à mieux soutenir son enfant.</b>		11 (a,b,c,d,e,f,g,h,i,j,k)	0	0	0
<b>Commentaires:</b>					
a	<i>Ce récit peut aider le parent à prendre un certain recul quant à l'expérience de son enfant, à mieux comprendre le vécu de ce dernier, à être exposé à un "modèle" parental pour être guidé dans ses réactions à adopter face à son enfant.</i>				
g	<i>Bon modeling de réponse et d'attitudes aidantes. Il peut comprendre l'effet du deuil chez le jeune.</i>				
j	<i>Il peut surtout être utile en aidant le parent survivant à ajuster ses interventions avec les enfants et comprendre certaines phases ou réactions.</i>				
k	<i>Ça l'aidera à comprendre ce que vit son ou ses enfants et comment les aider.</i>				

<b>La lecture de ce manuscrit peut être néfaste pour un parent_endeuillé.</b>				
	0	3 (b,d,h)	8 (a,c,5,6,7,9,10,11)	0
<b>Commentaires:</b>				
b	<i>Les effets néfastes pourraient être de faire vivre des émotions difficiles (retour aux étapes de deuil).</i>			
c	<i>Pas vraiment.</i>			
d	<i>Penser que si son Jeune a une réaction plus intense que celle de Samuel, c'est qu'on est fautif.</i>			
g	<i>Aucun effet néfaste! Très belle éducation encore ici!</i>			
h	<i>Si la lecture suscite chez l'adulte de la détresse (exacerbation). Besoin d'un accompagnement pour certains peut-être.</i>			
i	<i>Effet néfaste: de ne pas réussir aussi bien que la mère de Samuel à trouver les mots justes.</i>			
<b>Parent-enfant</b>				
<b>La lecture de ce récit par un parent et un enfant pourrait favoriser une meilleure communication.</b>				
	11 (a,b,c,d,e,f,g,h,i,j,k)	0	0	0
<b>Commentaires:</b>				
a	<i>Vio un retour sur le récit... C'est un beau tremplin pour ouvrir le dialogue.</i>			
b	<i>Les échanges entre l'enfant et la mère sont empreint de tendresse et d'affection. Cela ne peut qu'offrir un modèle pour le parent endeuillé et son enfant.</i>			
g	<i>Évidemment!</i>			
h	<i>Belle idée pour favoriser discussions.</i>			
k	<i>Les trucs terre-à-terre pour imiter la confiance et la communication sont essentiels.</i>			
<b>Intervenants</b>				
<b>Pertinence pour les intervenants/ pourrait être aidant/ je leur recommanderais.</b>				
	10 (a,b,c,e,f,g,h,i,j,k)	0	0	1 (d)
<b>Commentaires:</b>				
a	<i>J'utiliserais bien cette histoire avec des enfants moins en contact avec leurs affects pour les inviter à se rapprocher de leur expérience.</i>			
b	<i>Le quotidien vécu par Samuel offre des pistes de réflexions et d'interventions pour les intervenants. Également, les informations adressées spécifiquement aux parents et intervenants sont très justes.</i>			
f	<i>Comme enseignante, j'y ai trouvé plusieurs réponses et de bons exemples de communication. J'aurais aimé en avoir fait la lecture l'année dernière.</i>			
h	<i>Très utile pour mieux comprendre et mettre en mots ce qui peut être vécu.</i>			

D	COMMENTAIRES DIVERS
a	1. C'est si beau ce que tu as écrit. Tu captives avec tellement de sensibilité et de justesse tant la réalité du deuil, que le monde interne des enfants-jeunes et que les subtilités d'une dynamique familiale. C'est vraiment un texte juste sur tous les plans. On le dévore comme un vrai roman, on ne sent pas le mandat "psycho-éducatif", ce qui est à mon avis une superbe réussite! Tu touches ta cible à leur insu, voilà selon moi la façon de rejoindre les jeunes. Tu témoignes ici encore de ta grande sensibilité clinique, que tu allies avec brio avec la rigueur d'une démarche scientifique. Chapeau!
a	2. On sent bien la relation de tendresse mère-fil (chapitre 9). Page 35: Modifier le dialogue mère-fils par rapport à l'école secondaire afin que leur conversation soit plus orale.
a	Tu as vraiment des talents de narratrice. C'est captivant et émouvant! Bravo encore!
b	Le texte est fluide et touchant. Il fournit un regard intéressant des émotions et réactions spécifiques au deuil après suicide d'un enfant, mais également d'une famille.
b	Le manuscrit offre un portrait réaliste de la réalité d'un enfant de 9 ans. À travers son quotidien, nous arrivons facilement à vivre ses émotions par rapport à son deuil. Il y a des moments très touchants à la lecture de ce texte, mais également des passages empreints d'espoir et de réussite. Nous sommes fiers du cheminement de Samuel tout au long de la lecture du texte.
b	La forme et le contenu sont très pertinents et bien adaptés pour la réalité d'un préadolescent!
b	Félicitation, j'ai adoré chaque chapitre!
c	Bravo pour ce travail colossal.
c	Un récit certainement pertinent, aldant et raconté en fonction d'un cheminement de deuil "dans les normes".
c	Un beau mélange d'émotions (tristesse) et d'événements cocasses.
c	Merci à toi pour cette belle lecture. C'est un récit vraiment touchant!!
c	p. 55 Belle lettre
e	Personnages très attachants et bien construits.
e	Désolé pour mon manque de commentaire parfois... mais je ne me sentais pas habilité à répondre... Je suis donc resté dans mon champ de compétence.
e	Très bien fait les infos sur les personnages qui sont glissées subtilement dans la trame.
g	Du point de vue informatif c'est assez complet. En ce sens c'était difficile pour moi de décrocher de ça et d'avoir du plaisir à lire. Même à la deuxième lecture. Je me disais que le but du lecteur doit être d'en connaître davantage sur le deuil, de se "normaliser" mais pas de se divertir. Un jeune endeuillé sera à chaque partie plongé dans ce deuil et dans le sien et un jeune non endeuillé sera plongé +++ dans un monde inconnu et difficile. Mais si ton but est l'information et briser l'isolement, c'est réussi!
g	C'est une histoire touchante, très près de la réalité, écrite avec clarté et respect.
g	Samuel est celui qui m'a touchée. J'ai moins senti sa sœur. Sa mère était plus "intervenante" que mère... mais je suis sûrement trop biaisée.
g	Ton récit est très bon. En résumé les modifications que j'apporterais seraient: 1) mère moins parfaite 2) ajout des particularités reliées au deuil par suicide, 3) dans la section de la fin; te centrer sur la pré-adolescence.
h	Je me demandais s'il y aura des illustrations pour accompagner cette histoire. À la fin, il pourrait y avoir aussi un espace pour que l'enfant en deuil puisse écrire, dessiner son expérience personnelle (comme le fait Samuel).
h	Très belle histoire, touchante et accessible.
k	Les fleurs du calcul qui fait déconcentrer Samuel aux fleurs funéraires: image habile et forte.
k	Je n'ai que mon deuil comme référence et peu de bagage en psychologie. J'ai les deux pieds dans une succession d'émotions intenses et certaines de vos questions très précises sont difficiles à répondre objectivement.
k	L'épreuve que traverse notre famille vue par notre entourage et de mon point de vue à moi, semble beaucoup plus sauffrante pour moi que pour mon fils. Parfois, on dirait qu'il ne s'est rien passé pour lui ou qu'il est déjà guéri. C'est peut-être parce qu'il n'avait que 5 ans et qu'il n'a pas bien réagi, mais cette grande différence entre sa réaction et la mienne est déconcertante. Si votre livre pouvait éclaircir ce mystère, ce serait un grand pas.
k	J'espère que mes commentaires et mon vécu de papa magané ont pu vous être utiles.

APPENDICE M

RÉSUMÉ DES COMMENTAIRES DE L'INTERVENANTE SPÉCIALISÉE

### Résumé des commentaires recueillis auprès de l'intervenante à l'étape 9

---

Selon l'intervenante, l'histoire présenterait un bon équilibre entre le quotidien de l'enfant et le deuil. À première vue, l'épaisseur du livre pourrait décourager certains enfants en leur donnant l'impression qu'elle est longue, mais selon celle-ci, l'écriture serait suffisamment légère et aérée pour les enfants. Chacun des chapitres aurait leur pertinence. L'intervenante ne croyait pas que certains passages de l'histoire soient à raccourcir ou à couper. La section *informations aux parents et aux intervenants* serait complète et bien formulée. Aucune modification ne serait à y apporter selon cette dernière.

L'intervenante mentionnait qu'elle souhaiterait que le manuscrit soit publié afin de pouvoir le référer aux familles endeuillées avec qui elle travaille en relation d'aide. Il s'agirait selon celle-ci de l'une des rares ressources complètes, en français, portant sur le suicide. Elle conseillera toutefois aux lecteurs qui ont moins de concentration ou qui apprécient moins la lecture, de se faire lire l'histoire à voix haute par leur parent. Selon l'intervenante, les enfants âgés de plus de 12 ans pourraient apprécier l'histoire puisqu'il est question du passage à l'école secondaire. Il aurait toutefois été intéressant selon elle, d'explorer davantage le deuil et les réactions du jeune enfant âgé de moins de 9 ans. L'histoire pourrait s'avérer être une ressource non seulement pour les enfants endeuillés d'un parent, mais aussi pour ceux endeuillés de leur deux parents ou d'un autre membre de leur famille, comme la fratrie.

---

APPENDICE N

RÉSUMÉ DES COMMENTAIRES DES ENFANTS ENDEUILLÉS

## Résumé des commentaires recueillis auprès des enfants endeuillés à l'étape 9

---

### 1. Expérience de lecture

Les trois enfants ont choisis de lire le livre en soirée, pour certains c'était après les devoirs et pour d'autres avant de se coucher. Au moment de l'entrevue, un enfant n'avait pas encore terminé la lecture des quinze dernières pages du livre. Le temps de lecture variait de trois jours à une semaine et demie. Deux enfants ont trouvé que la longueur de l'histoire était adéquate, tandis qu'une participante aurait apprécié que le récit soit un peu plus long.

*Ben, correct, pas trop long, pas trop court. (Garçon, 10 ans)*

*Ben ça va. Peut-être un peu court. (Fille, 13 ans)*

---

### 2. Impressions générales du livre

Tous les enfants disent avoir apprécié la lecture du récit. Ils ont trouvé que l'histoire représentait bien leur vécu, et mentionnent s'être reconnu à travers le personnage.

*Ben c'est un très bon livre (...) Je l'ai beaucoup aimé parce que c'était comme beaucoup moi. Je trouvais que je ressentais ça. (Fille, 10 ans)*

*J'ai aimé ça. Moi je trouvais que c'était pareil comme moi. (...) Je m'ai reconnu. J'ai l'impression que c'était toute pareil (...) Quasiment toute pareil (...) (Garçon, 10 ans)*

*Moi j'ai ben aimé ça parce que c'est vrai, ça représentait beaucoup comme, ce que j'ai vécu aussi. Faque je me reconnaissais beaucoup, comme souvent comme dedans là (...) Moi je pense qu'elle a bien réussi [l'auteure]. Ça représente pas mal à ce que tout le monde vit, ben pas tout le monde, mais moi ce que j'ai vécu en tout cas. (Fille, 13 ans)*

---

---

### 3. Réalisme des personnages

Les trois enfants ont trouvé que ce qui arrive à Samuel, le personnage principal, est très réaliste et représentatif de leur vécu personnel. Selon l'interviewer, les participants se sont montrés particulièrement expressifs sur le plan non verbal lorsque cet aspect a été exploré (sourires, yeux ronds, grands hochements de tête). Certains enfants ont reconnus un membre de leur famille à travers le personnage de Laurence, la petite sœur de Samuel, comme par exemple par les questions de celle-ci au sujet de la mort. Deux des trois enfants ont trouvé que la mère de Samuel ressemblait à leur propre mère endeuillée. Toutefois, une enfant n'a pas du tout reconnu sa mère dans ce personnage, qui selon elle, ressemblait davantage à la thérapeute qui lui offre du soutien au CSSS de Laval. Lorsqu'ils comparaient leur mère à celle de Samuel, les enfants semblaient surtout faire référence à la capacité maternelle à parler du suicide et à expliquer le processus de deuil à son enfant.

Faque ça je me reconnaissais beaucoup, comme souvent comme dedans là. C'était [l'histoire] à peu près dans le même période que moi j'ai perdu mon père. (...) Ben à la fin, comme lui rentre en secondaire un, pis moi j'entrais en secondaire un aussi. Faque genre avec les nouvelles personnes pis tout ça là [se faire des nouveaux amis à l'école secondaire] (Fille 13 ans)

Moi j'ai un petit cousin, faque y pose les mêmes questions. (Fille, 10 ans)

Ça y ressemblait un peu à mon grand frère aussi. Un peu ça, mais pas beaucoup là. (Garçon, 10 ans)

Oui. Moi je trouve que ça ressemble beaucoup à ma mère. Ça lui dérange pas qu'on lui pose des questions (...) C'est comme, elle lui expliquait pis elle disait comment ça marche. (Fille, 10 ans)

Ah oui, oui, oui, oui. Ça ressemble énormément à ma mère. La mère là-dedans elle ressemblait beaucoup à ma mère (...) Je sais pas, ben y avait beaucoup de points en communs (...) Ben elle aimait pas ben ben ça qu'on lui pose des questions à propos de ça [le suicide]. (Garçon, 10 ans)

Moi c'est pas vraiment réaliste parce que ma mère c'est vraiment pas comme ça qu'elle a réagi. Ben elle me l'a expliqué un peu, pis tout ça... mais... c'était pas tant que ça. Pis ça l'a dérangeait pas qu'on lui pose des questions là-dessus, mais j'ai pas reconnu ma mère comme la mère de Samuel... mais pas du tout (...) Ben je trouve que la mère dans le livre elle en parle beaucoup, et elle fait un peu thérapeute... un peu comme toi (interviewer) mais ma mère elle était pas de-même. (Fille, 13 ans)

---

---

#### 4. Charge émotionnelle

Les trois enfants disent avoir ressenti de la tristesse en lisant certains passages de l'histoire. Les passages identifiés comme leur ayant fait vivre de la tristesse sont ceux où Samuel s'adresse directement à son père. Une seule des trois enfants a affirmé avoir versé des larmes pendant la lecture de ces passages. À quelques reprises, celle-ci a eu besoin de prendre une pause avant de poursuivre sa lecture. Bien que l'histoire leur ait fait vivre de la tristesse, les enfants ont tous affirmé avoir apprécié lire une histoire qui parle du deuil et du suicide.

*J'ai pas trouvé ça vraiment difficile (...) Des fois ya des éléments, comme, qui me rendaient un peu triste, mais pas comme au point d'en pleurer, mais genre ça met un p'tit down là. (Fille, 13 ans)*

*Je trouvais ça plus intéressant que triste. À cause de la manière qu' y'était écrit, c'était intéressant. (Garçon, 10 ans)*

*Moi oui [j'ai pleuré] (...) Ben parce que je me suis reconnue. Y'avait des moments un p'tit peu difficiles (...) Ben ya un p'tit bout où y parle à son père pis ça me fait de la peine. Ce moment-là ça me fait beaucoup penser à mon papa (...)*

*Ben moi je trouvais pas ça difficile, mais, sauf le moment où ce qui parle à son père, mais sinon, j'ai aimé ça. (Fille, 10 ans)*

---

#### 5. Communication

Chacun des enfants savait que leur mère avait elle aussi lu le livre. Une enfant a rapporté que sa maman avait pleuré tout comme elle pendant la lecture, plus particulièrement lors de l'annonce du décès au tout début de l'histoire. Un enfant mentionne que tout comme lui, sa mère a trouvé l'histoire intéressante. Une autre enfant rapporte que sa mère s'est intéressée à son appréciation de l'histoire, sans toutefois lui partager la sienne. Aucun des enfants n'a affirmé avoir ressenti le besoin de parler de leur deuil à d'autres personnes après la lecture. Toutefois les trois enfants ont acquiescé à l'effet que selon eux l'histoire peut aider à trouver des mots pour exprimer ce qu'ils ressentent par rapport au deuil, plus particulièrement dans les premiers temps suivant le décès. Une enfant mentionne que l'histoire pourrait l'aider à expliquer ce qu'elle vit à ses amis.

*(...) C'é le moment où ce qui perd son père, maman aussi elle a pleuré. (Fille, 10 ans).*

*Moi ma mère elle a trouvé le livre intéressant comme moi. (Garçon, 10 ans)*

*Elle me demandait souvent comment moi je le trouvais [le livre]. Pendant deux jours elle me l'a demandé souvent, mais elle m'a jamais vraiment dit comment elle, elle le trouvait. Je lui ai pas demandé non plus. (Fille, 13 ans)*

*Des fois j'avais de la misère à expliquer à mes amis parce qu'ils savent pas qu'est-ce que je vis, mais là la manière comme il l'explique, je trouve que ça l'aide. (Fille, 10 ans)*

---

---

## 6. Suggestions

Quant aux suggestions à apporter au livre, deux enfants ont affirmé qu'il n'y avait selon eux rien dans le récit qui devrait être modifié ou changé. Une enfant a laissé sous-entendre, qu'elle aurait aimé moins sentir le rôle d'intervenante au travers du personnage de la mère. Une autre enfant a souligné qu'elle et sa mère avaient identifié une erreur d'orthographe dans l'histoire qui serait à corriger.

*Moi c'était plus au niveau de la mère, parce que je trouve qu'elle faisait plus comme le rôle que toi [interviewer] tu jouais en fait là, comme en tant qu'intervenante, mais si les autres reconnaissent leur mère là-dedans, j pense que c'est correct (...)Mais au sinon le reste était bien présenté. (Fille, 13 ans)*

*Moi je trouve pas [qu'il y aurait des choses à changer], mais moi pis ma mère on a trouvé une petite faute d'orthographe. (Fille, 10 ans)*

---

## 7. Bienfaits

Quelques bienfaits de la lecture ont été spontanément identifiés par les enfants lors de cet entretien. Une enfant laisse sous-entendre que les informations relatives au geste suicidaire peuvent intéresser l'enfant en quête de sens. Les trois enfants disent s'être reconnus dans l'histoire et au travers du personnage principal. Une enfant relate s'être sentie comprise et par conséquent, moins seule face à sa réalité. Celle-ci spécifie aussi que l'histoire a contribué à faire sortir ses émotions et à lui faire faire de beaux rêves. Deux enfants ont indiqués que l'histoire pouvait aider à mieux faire comprendre et expliquer aux autres comment ils se sentent.

*Je trouvais ça plus intéressant, comme, de voir un peu comment, comment on pouvait interpréter ça [le suicide](...) Ça peut faire comprendre aussi aux autres comment on se sent. (Fille, 13 ans)*

*Ça sort les émotions (...) J me sentais moins seule, comme, comme quelqu'un qui me comprends (...) Ça fait faire des beaux rêves. (Fille, 10 ans)*

---

APPENDICE O

RÉSUMÉ DES COMMENTAIRES DES PARENTS ENDEUILLÉS

## Résumé des commentaires recueillis auprès des parents endeuillés à l'étape 9

---

### 1. Expérience de lecture de l'enfant d'après le regard du parent

Deux des trois mères ont mentionné combien elles avaient senti leur enfant intéressé et motivé à lire l'histoire dès la réception du livre à la maison. Toutes les mères ont perçu l'expérience de lecture comme ayant été positive pour leur enfant. Celles-ci ont eu l'impression que leur enfant s'était reconnu soit par le personnage principal ou par l'histoire. Cela pourrait avoir eu un effet normalisant selon l'une des mamans. Deux des trois enfants ne semblent pas avoir vécu de difficulté quelconque sur le plan émotionnel pendant la lecture, et cela pourrait, selon leur mère, être relié au temps s'étant écoulé depuis le décès de leur père. Une mère rapporte que l'histoire a fait émerger, chez sa fille, des émotions et des questions qui selon celle-ci, étaient préalablement refoulées. Par conséquent, le rythme de l'enfant a été ralenti selon les besoins. Au moment de la rencontre de groupe, l'enfant n'avait pas terminé de lire les quinze dernières pages du livre.

*[Ma fille] a commencé la lecture du manuscrit. Elle l'aime tellement que je dois l'arrêter pour ne pas qu'elle se couche trop tard. Elle aura terminé pour le 14 juin. (Mère de la fille de 10 ans)*

*Dès le lendemain que nous avons reçu le livre, mon fils a commencé à le lire, et il se reconnaissait beaucoup à travers le personnage de Sam. Il en a lu la moitié en une journée et il a adoré. (Mère du garçon de 10 ans)*

*Elle avait l'impression que l'auteure avait des "dons" et qu'elle avait lu en elle. Elle se sent comprise, elle a l'impression qu'elle est "normale" et qu'elle n'est pas seule. Toutefois, certains passages lui ont fait prendre conscience d'émotions ou réflexions refoulées, donc elle n'a pas été capable de le terminer à temps. Elle le prend à petites doses, mais je crois que c'est très constructif que des émotions refoulées émergent. (Mère de la fille de 10 ans)*

*Il a beaucoup aimé le livre. Il s'est beaucoup reconnu. Il trouvait que Samuel lui ressemblait beaucoup. Il n'a pas été trop ébranlé. Peut-être parce que ça fait plus de 4 ans que son père est décédé. (Mère du garçon de 10 ans)*

*Je crois que cela lui a fait du bien, qu'elle s'est reconnue dans l'histoire. Elle n'a pas été ébranlée, mais il faut dire que cela fait environ 2 ans qu'elle fait partie d'un groupe de soutien. (Mère de la fille de 13 ans)*

---

---

## 2. Bienfaits du livre pour les parents

Chacune des mères semblent avoir trouvé que la lecture de l'histoire les a aidés à mieux comprendre le vécu de leur enfant endeuillé. Une des mères mentionne que selon elle, cela l'aidera à mieux soutenir sa fille.

*Un guide pour accompagner [ma fille]. J'avais déjà fait plusieurs lectures et c'est venu bonifier l'aide que je peux lui apporter. (Mère de la fille de 10 ans)*

*J'ai réalisé comment [mon fils] pouvait se sentir lorsqu'il me voyait triste au début de mon deuil. La peur qu'il avait de me perdre aussi. Ceci m'a permis de voir la situation comme un enfant de 11 ans. (Mère du garçon de 10 ans)*

*Comprendre un peu mieux la réaction des enfants. (Mère de la fille de 13 ans)*

---

## 3. Communication

Les deux mères endeuillés depuis quelques années n'ont pas ressenti que leur enfant avait eu besoin de parler avec elles après leur lecture de l'histoire. Une seule des mères croit que l'histoire lui a permis de discuter différemment du deuil avec son enfant. Selon celle-ci, le livre aurait été une porte d'entrée pour que sa fille s'autorise à vivre et à reconnaître la colère liée au geste suicidaire commis par son père il y a quelques mois. À la suite de la lecture, mère et fille auraient discutés de cet aspect ensemble. Une autre mère mentionne s'être servi d'un passage de l'histoire afin de sécuriser son fils qui semblait se faire du souci pour elle.

*Ça m'a permis de discuter entre autre de sa colère envers le geste de son père alors qu'elle ne s'autorisait pas à la vivre et la reconnaître. La colère de Samuel exposée dans l'histoire lui a donné l'occasion d'admettre la sienne. (Mère de la fille de 10 ans)*

*Nous n'avons pas beaucoup discuté du deuil, car ça fait plus de 4 ans. Par contre, j'ai rassuré [mon fils] face à ma situation, car dans le livre la mère dit qu'elle fait attention à elle, et j'ai dû le répéter à [mon fils] aussi que je faisais attention à moi: "Je mange bien et que je suis en santé". (Mère du garçon de 10 ans)*

*L'occasion de s'est pas présentée [de discuter ensemble du deuil], mais ma fille m'a dit qu'elle avait aimé l'histoire, que cela lui faisait du bien de le lire. Elle n'a pas ressentie le besoin d'élaborer je crois. (Mère de la fille de 13 ans)*

---

---

#### 4. Réalisme de l'histoire

L'une des mères semble s'être identifiée au personnage et aux événements familiaux de la mère de Samuel, tandis qu'un autre, mentionne de pas s'être reconnue dans ce même personnage. La recommandation émise aux parents concernant l'importance de *prendre soin de soi en tant que parent* pour mieux soutenir son enfant, semble avoir interpellée l'une des mères qui, tout en en reconnaissant l'importance, avoue éprouver certaines difficultés à la mettre en pratique, notamment étant donné l'anxiété de séparation de sa fille endeuillée.

*On voit bien la désorganisation de la mère et comment Samuel perçoit ça. Ensuite, la première année qui est vraiment difficile. Toutes les premières occasions sans la personne. (Mère du garçon de 10 ans)*

*Je ne me suis pas vraiment reconnue dans le personnage de la mère. Il y avait certains éléments du deuil que je vis, mais pas en profondeur. (Mère de la fille de 13 ans)*

*Prendre soin de soi en tant que parent: que je trouve ça difficile. Je m'oublie beaucoup parce que [ma fille] ne veut pas être séparée de moi. C'est quelque chose que je dois travailler. (Mère de la fille de 10 ans)*

---

#### 5. Aspect à modifier

Aucune des mères n'a suggéré d'effectuer des modifications ou des ajouts au manuscrit. Celles-ci ont toutefois souligné quelques fautes d'orthographe à corriger.

---

#### 6. Appréciation générale des mères

Les trois mères semblent avoir une appréciation positive de l'histoire, qui selon elles seraient bien adaptée aux jeunes (longueur du récit, langage, péripéties). L'une des mères souligne la pertinence de la section informations aux parents et aux intervenants.

*Je l'ai trouvé génial. D'ailleurs je salue la volonté de l'auteure d'avoir su adapter l'histoire et le langage des personnages à la réalité des jeunes d'aujourd'hui (ex: Wow, Yes, jeux électroniques). (Mère de la fille de 10 ans)*

*Je pense que c'est un bon livre pour les jeunes, car ils se reconnaissent dans le personnage. (Mère du garçon de 10 ans)*

*Le livre n'est pas trop long à lire, ce qui est bien pour les enfants. Les informations aux parents sont pertinentes. Je crois que le livre atteint bien le but visé. (Mère de la fille de 13 ans)*

---

APPENDICE P  
VERSION FINALE DU MANUSCRIT

**Après**

**la tempête...**

**Camille Lagacé-Labonté**

Version finale - décembre 2012

## TABLE DES MATIÈRES

<b>MOT AUX LECTEURS.....</b>	<b>4</b>
<b>PARTIE I - MA SIXIÈME ANNÉE .....</b>	<b>6</b>
Chapitre 1 - 10 février, Un bas bleu et un bas noir feront bien l'affaire.....	7
Chapitre 2 - 23 février, Allez les zombies suivez-moi!.....	11
Chapitre 3 - 1 <sup>er</sup> mars, Ça sent le popcorn.....	16
Chapitre 4 - 7 mars, Un avion dans les nuages .....	21
Chapitre 5 - 2 avril, Coup de tonnerre et sourire de lune .....	24
Chapitre 6 - 13 mai, Figé comme un Popsicle .....	28
Chapitre 7 - 23 mai, S.O.S Kung-fu .....	32
Chapitre 8 - 21 juin, Youppi, l'école est finie! .....	38
Chapitre 9 - 19 juillet, Télé, ordi, télé, ordi, télé, ordi.....	43
Chapitre 10 - 1 <sup>er</sup> août, Un coffre aux trésors.....	50
<b>PARTIE II - L'ÉCOLE SECONDAIRE.....</b>	<b>58</b>
Chapitre 11 - 6 septembre, Le groupe 102.....	59
Chapitre 12 - 28 octobre, Un bateau dans la tempête .....	62
Chapitre 13 - 12 décembre, Tic-tac-toc.....	66
Chapitre 14 - 26 décembre, Enfin un beau Noël.....	69
Chapitre 15 - 14 avril, Plouk...plouk...plouk.....	72
Chapitre 16 - 12 juin, Toute l'école va me regarder.....	77
Chapitre 17 - 22 juin, Les nuages finissent toujours par s'en aller.....	81

<b>INFORMATIONS AUX PARENTS ET AUX INTERVENANTS.....</b>	<b>85</b>
1. Le <i>deuil</i> , qu'est-ce que ça signifie?.....	85
2. Qu'est-ce que les enfants comprennent de la mort? .....	86
3. Comment réagissent-ils à la mort d'un être cher ?.....	87
4. Comment le travail de deuil s'effectue chez l'enfant?.....	88
5. Faut-il annoncer le suicide à l'enfant ou lui cacher la vérité pour le protéger?.....	90
6. Les enfants ont-ils leur place dans les cérémonies funéraires?.....	91
7. Quelles sont les particularités du deuil parental à la suite d'un suicide?.....	92
8. Comment aider mon enfant? .....	94
9. Quand peut-on considérer le deuil comme terminé?.....	97
10. À qui m'adresser afin d'obtenir de l'aide? .....	98

## MOT AUX LECTEURS

Parler du deuil d'un parent à la suite d'un suicide n'est pas une chose facile, d'autant plus lorsqu'on est un enfant. À travers cette histoire, Samuel, un garçon de 11 ans, nous fait entrer dans son quotidien à la maison et à l'école. Il nous partage ses réflexions suite à la perte de son père qui s'est suicidé récemment. Samuel nous ouvre une fenêtre sur ses peines, ses peurs, mais aussi sur ses accomplissements et ses joies.

### Si tu es un enfant

Vivre la mort de sa mère ou de son père est une chose terrible. Lorsqu'il s'agit d'un suicide, c'est encore plus déchirant. Peut-être n'as-tu pas encore eu la chance d'en parler avec un jeune qui vit la même chose que toi. Nous espérons que l'histoire de Samuel puisse t'aider à exprimer ce que tu ressens et qu'elle te soit source de réconfort. Il se pourrait que tu aies parfois besoin de prendre une petite pause avant de continuer la lecture, alors nous te suggérons de lire ce livre à ton rythme. Si certains passages éveillent en toi des émotions ou des questions qui sont difficiles à comprendre, ou si tu te sens à l'envers, n'hésite pas à en parler à un adulte (ex. parent, enseignant, membre de la famille, travailleur social, médecin, psychologue, psychoéducateur, etc.). Tu peux aussi te confier à un intervenant en téléphonant à une ligne téléphonique confidentielle (Centre de prévention du suicide du Québec 1-866-277-3553, Jeunesse J'écoute 1-800-668-6868, Tel-Jeunes 1-800-263-2266).

## Si vous êtes parent

Bien que ce récit s'adresse principalement aux enfants, nous recommandons aux adultes d'en faire la lecture afin de bien accompagner le jeune lecteur.

Le décès d'un conjoint ou d'un ex-conjoint par suicide est une épreuve considérable pour laquelle vous n'avez pas été préparé. En plus de vivre votre propre deuil, vous avez la lourde tâche de soutenir votre enfant qui lui aussi est endeuillé. Étant donné les circonstances, le dialogue peut, à certains moments, s'avérer difficile à établir, et c'est normal. Cette histoire a été écrite dans l'espoir de vous aider à mieux comprendre le cheminement intérieur des enfants. Vous serez également témoin des paroles de la mère de Samuel, une maman qui fait de son mieux pour aider ses enfants à vivre leur deuil. Nous souhaitons que les dialogues de celle-ci vous aident à accompagner votre enfant. Bien entendu, votre situation est sans doute bien différente de celle qui est présentée. Il est normal que vous ne réagissiez pas de la même façon que le fait la mère de Samuel qui est fictive.

À la suite de cette lecture, il est possible que votre enfant ait besoin de votre soutien afin de l'aider à assimiler certaines émotions ou réflexions. La section *Informations aux parents et aux intervenants*, située à la fin du récit, présente quelques éléments portant sur le deuil par suicide chez les enfants, ainsi que des recommandations qui pourraient vous être utiles. Nous vous suggérons de lire ce livre à votre rythme, et de prendre des pauses si vous en avez besoin, car il se pourrait que cette histoire éveille en vous des sentiments actuellement difficiles à gérer. Si tel est le cas, nous vous recommandons de solliciter votre entourage ou une aide professionnelle (ex. membre de la famille, ami, psychologue, travailleur social, médecin, CLSC, etc.) afin d'obtenir de l'aide pour vous aider à cheminer. Vous pouvez également vous adresser à la ligne téléphonique confidentielle pour obtenir du soutien (Centre de prévention du suicide du Québec 1-866-277-3553).

**PARTIE I - MA SIXIÈME ANNÉE**

## Chapitre 1

### 10 février, Un bas bleu et un bas noir feront bien l'affaire

Je m'appelle Samuel. Mes amis m'appellent Sam. Je suis en 6<sup>e</sup> année et j'ai 11 ans et demi. Ce matin ça ne va pas très bien. Ma mère a laissé mes tranches de pain trop longtemps dans le *toaster*. Eurk! Ça sent le brûlé dans la maison! On a ouvert la fenêtre de la cuisine en plein mois de février pour changer l'air. Je ne sais pas trop pourquoi, mais ma mère n'est pas de bonne humeur aujourd'hui. Je dois mettre une méga couche de beurre d'arachides sur mes tranches de pain pour enlever le goût de brûlé, parce qu'il est trop tard pour en faire d'autres...

- Aaah! Nooon!

Ça y est... Ma sœur Laurence vient de renverser son verre de lait... Des gouttes éclaboussent le plancher.

Ma mère a l'air un peu fâché...

- Pas encore un dégât!!

Le chandail de Lolo passe du rouge au rose tellement il est mouillé. Un lac de lait apparaît sur la céramique de la cuisine. En moins de deux secondes, Laurence commence à pleurnicher. Ma mère pousse un long soupir de découragement. Des fois, même si elle n'a que 6 ans, je la trouve un peu bébé ma petite sœur...

Je m'empresse de revenir à table avec un linge pour nettoyer le gâchis.

- Maman, je m'en occupe.

- Samuel, c'est à moi de faire ça. Donne-moi le linge. On est déjà suffisamment en retard pour l'école. VA T'HABILLER!

Franchement! C'est pas la peine de crier comme ça... je voulais seulement aider.

En enfilant mon chandail, je réfléchis aux matières scolaires d'aujourd'hui. Ah oui, il faut absolument apporter mes souliers pour le cours d'éducation physique... et puis il faut aussi que j'emmène mon devoir de français, sinon je vais être dans le trouble... Zut... Ma mère n'a pas encore fait le lavage... je n'ai plus aucun bas de la même couleur... Tant pis, un bleu et un noir feront bien l'affaire pour aujourd'hui!

En refermant la fermeture éclair de mon sac à dos, je constate que mon duo-tang rouge ne se trouve pas à l'intérieur. PANIQUE! Où est passé mon devoir de français? Madame Isabelle va me chicaner c'est certain si je ne lui remets pas la feuille de grammaire... D'autant plus que j'ai oublié de lui remettre un exercice la semaine dernière... Je dois la trouver, et VITE! Allez, il faut regarder partout! À la vitesse d'un éclair, je vide mon sac à l'envers, vérifie sur mon bureau, dans les tiroirs, mais pas de duo-tang... Peut-être est-il resté sur la table hier soir? J'accoure à la cuisine, mais toujours rien. La feuille est introuvable comme si elle s'était transformée en poussière! C'est décourageant... J'ai envie d'abandonner les recherches...

- Qu'est-ce que tu cherches comme ça Sam?
- Le duo-tang rouge, avec mon devoir.
- Il me semble que je t'ai vu entrer dans ta chambre avec hier. Tu l'avais sous le bras. Continue à chercher, tu vas le trouver.

Facile à dire...

Depuis des mois c'est comme s'il y avait eu une tempête dans ma tête et dans mon cœur. Je me sens toujours perdu.

Je retourne dans ma chambre, sans trop savoir où fouiller... J'ai vraiment regardé partout. Pendant ce temps-là, mon chat Caramel dort paisiblement sur le lit. Il ne s'est même pas aperçu de ma présence tellement il dort dur. Le chanceux, il n'a pas à se dépêcher pour aller à l'école lui. Ses grands yeux s'ouvrent aussitôt qu'il sent ma main lui caresser la tête. Son poil est doux. Mon chat ronronne comme un petit moteur.

- Brrrrrrr brrrrrrr brrrrrrr.

On l'a appelé Caramel parce qu'il est jaune caramel, mais aussi parce que ma mère nous l'a offert quelques jours après l'Halloween quand mon père est parti de la maison. Mes parents se sont séparés l'automne dernier. Ma mère l'aime bien Caramel. Par contre, elle se plaint tout le temps qu'il laisse des poils partout. Elle déteste passer le rouleau collant pour enlever les poils de chat collés sur son habit de travail. Moi j'aime bien passer le rouleau collant.

Ma mère est assistante dentaire. Elle travaille avec un dentiste. C'est elle qui donne une surprise aux enfants qui n'ont pas de carie. Elle utilise toutes sortes d'outils. Quand je vais la voir à son travail, elle me laisse parfois m'amuser avec l'aspirateur à salive. Ça fait un drôle de bruit. Fffrrrrchhhhhhhh. J'adore ça!

Mais où je l'ai mis mon duo-tang? Qu'est-ce que madame Isabelle va dire si je ne lui remets pas mon devoir? Il faut ABSOLUMENT que je le trouve! Assis avec Caramel, je balaie ma chambre du regard, comme si j'avais des rayons X à la place des yeux. Non, il n'est pas sur la commode... il n'y a que l'avion à coller que j'avais assemblé avec mon père. Nous avons travaillé très fort, il nous avait fallu des heures pour l'assembler.

Depuis que mon père est mort, sa guitare est dans ma chambre, appuyée contre l'étagère où ma collection de bandes dessinées est rangée. Après son décès, ma mère nous a offert quelques-unes de ses affaires. Je ne me suis même pas chicané avec Laurence quand on a décidé qui aurait quoi. Moi j'ai choisi la guitare de Papa et sa casquette de hockey. Laurence a pris son chandail en coton ouaté et son porte-clés. Parfois il m'arrive de gratter un peu les cordes de sa guitare, mais ça ne fait pas un très beau son... en fait, je sais pas vraiment comment en jouer.

Du fond du corridor, ma mère lance un cri :

- Allez Samuel! Viens mettre ton manteau, c'est le temps de partir pour l'école.

Au même instant, Caramel se lève brusquement pour s'élancer comme une flèche en bas du lit. Et là, comme par magie, qu'est-ce que j'aperçois sur mon couvre-lit? Le fameux duo-tang! Ça me revient! Je l'avais déposé au pied du lit, sur une bande dessinée au lieu de le ranger dans mon sac hier. Caramel s'était couché dessus! Fiou! Je l'ai retrouvé!

- Maman, j'ai retrouvé mon duo-tang! J'arrive!
- Hey, super! Je savais que tu finirais par le retrouver.

Finalement, la journée n'avait pas si mal commencé... Nous sommes arrivés à l'école juste avant que la deuxième cloche du début des classes n'ait sonné! Ouf! J'étais content d'arriver à l'heure et de déposer mon devoir, comme tout le monde, sur le bureau de madame Isabelle!

\* \* \* \* \*

## Chapitre 2

### 23 février, Allez les zombies suivez-moi!

Avec une craie, madame Isabelle inscrit au tableau les consignes du prochain atelier à faire en équipe au retour de la récréation. Thomas, Coralie et Alexandre sont mes coéquipiers. Je suis content d'être avec eux, surtout avec Thomas et Alex parce que ce sont mes amis. Coralie est gentille elle aussi. Je connais Thomas depuis la 2<sup>e</sup> année. Nous jouons ensemble au hockey. Alex, je l'ai connu dans un camp de jour. Il habite à cinq minutes de chez moi. C'est pratique! Et en plus, il a plusieurs jeux d'ordi que j'aimerais avoir. On passe souvent nos fins de semaine ensemble.

Madame Isabelle présente la première consigne :

- *Vous devez lire le texte de l'émission de radio qui est à la page 56...*

Je l'aime bien madame Isabelle. Au début de l'année, je trouvais qu'elle avait l'air un peu sévère avec ses lunettes noires, mais elle se met rarement en colère. Par contre, son bureau est encore plus en désordre que ma chambre! Il y a plusieurs piles de papier et de cahiers dessus. Je ne sais pas comment elle fait pour se retrouver! Elle est plutôt *cool* comme enseignante. Des fois, elle joue avec nous pendant les périodes libres le vendredi, et même au basket!

Madame Isabelle poursuit ses explications :

- *... pour la deuxième partie du travail, vous devez répondre ensemble aux questions qui sont dans l'encadré de la page 60. Par contre, ne faites pas le numéro 8, car l'annonce ne fait pas partie du texte que vous avez à lire....*

C'est vraiment drôle quand madame Isabelle joue au basket avec nous!... Mais moi je préférais jouer avec mon père. Une fois, il était à l'autre bout du terrain et il a réussi à lancer le ballon dans le panier d'un seul coup. Wow! C'était trop fort! Il est vraiment bon mon père! Eeeee... j'veux dire, il *était* vraiment bon. Mais là, je ne pourrai plus jouer avec lui, parcequ'il est mort. Il ne reviendra plus jamais. Mon père s'est suicidé. Il s'est tué lui-même. C'est ma mère qui nous l'a appris.

C'était le 12 décembre, mais je m'en souviens comme si c'était hier. Je venais tout juste de rentrer de l'école avec Laurence. Maman avait l'air bizarre. On n'avait même pas encore enlevé nos bottes quand elle nous a dit d'aller nous asseoir dans le salon. Elle avait quelque chose d'important à nous dire. Je n'ai pas posé de question parce qu'on dirait que quelque chose de grave venait d'arriver. Nous nous sommes assis tous les trois sur le divan, ma mère au milieu. Elle a pris une grande respiration, puis elle a mentionné que Papa nous a toujours aimés et qu'il nous aimera toujours. Les yeux de Maman étaient tout rouges. Je ne comprenais pas ce qui se passait. Elle a ensuite dit :

- Mes chéris, aujourd'hui, quelque chose de terrible est arrivé. Votre père est mort.

Elle a fait une pause. Moi j'étais figé comme une statue. Après quelques secondes, elle a dit :

- Votre père n'allait pas bien depuis quelque temps. Il souffrait beaucoup... il ne savait plus quoi faire pour aller mieux. En fait, il était tellement envahi par sa détresse qu'il ne voyait plus de solutions. C'est comme s'il avait vu tout en noir. C'est pour ça qu'il s'est suicidé. Suicidé, ça veut dire qu'il s'est enlevé la vie lui-même. Il ne voyait plus de solution, mais pourtant, il y en avait.

Là je me suis senti vraiment à l'envers. J'arrivais pas à y croire! C'était comme un mauvais rêve. J'aurais voulu me réveiller dans mon lit et me



Les enfants s'amuse dans la cour de récréation. Certains glissent dans la neige, tandis que d'autres courent dans tous les sens. Thomas, Alexandre et moi discutons du dernier épisode de l'émission Planète mauve qui a passé au canal Fiction hier. C'est la deuxième saison. Elle est un peu moins bonne que la première, mais nous n'en ratons jamais un épisode.

Tout d'un coup, un bruit d'un klaxon se fait entendre. En me retournant pour voir ce qui se passe dans la rue, quelque chose attire mon attention de l'autre côté de la clôture. Je crois apercevoir mon père. J'ai envie de crier «PAPA! PAPAAA!» mais en l'espace de deux secondes, ma surprise s'effondre comme un château de cartes pour se transformer en une immense déception. Évidemment que ce n'est pas mon père. C'est un autre monsieur qui traverse la rue. Son manteau et sa casquette sont presque les mêmes que ceux que portait mon père. Cet inconnu lui ressemble beaucoup de dos, mais bien sûr, ce n'est pas lui.

Je suis vraiment naïeux! Comment j'ai pu croire que c'était mon père?! Je sais très bien qu'il est mort. C'est impossible qu'il revienne... impossible de le croiser dans la rue...

Alexandre et Thomas parlent encore de Planète mauve.

- Samuel! C'est quoi le nom du gardien de la forteresse mauve?
- Eeee... C'est Luke.

Thomas se met à imiter le personnage en gonflant ses joues. C'est drôle, un vrai clown!

- T'es con, Tom!
- C'est pas comme ça. Regarde, je l'ai bien mieux que toi!

Alexandre exagère encore plus en marchant comme s'il était un zombie. Je l'imité à mon tour. On s'amuse bien. Puis, la cloche annonçant la fin de la récréation sonne, c'est le temps de rentrer. Allez les zombies, suivez-moi!

\* \* \* \* \*

### Chapitre 3

#### 1<sup>er</sup> mars, Hum...ça sent le pop-corn

Je suis resté en pyjama tout l'avant-midi! Pas d'école aujourd'hui! C'est une journée pédagogique! Lolo et moi on a regardé des dessins animés jusqu'à 10 heures! Ma mère dormait encore... Elle reste longtemps au lit ces temps-ci. J'ai aidé Laurence à verser du lait dans ses céréales tout à l'heure, mais elle est quand même allée réveiller Maman pour lui demander un chocolat chaud. Ma mère n'a pas l'air en forme... Peut-être qu'elle est encore fatiguée?

- Maman, est-ce qu'on pourrait se louer des films?
- Dis oui Maman, dis ouiiii!

Lolo aussi en a envie. Je suis content qu'elle le demande avec moi. À deux, on a plus de chances que ma mère accepte... Par contre, des fois elle m'énerve ma petite sœur. Ce matin, par exemple, elle a mis le chandail en coton ouaté qui appartenait à mon père. Il est tellement trop grand pour elle! Ça lui fait une robe. Elle a l'air RI-DI-CU-LE. Et, en plus, les yeux de ma mère s'emplissent d'eau chaque fois qu'elle la voit avec sur le dos. Je n'aime pas ça quand ma mère est triste. Je ne sais pas quoi faire.

Juste avant de partir pour le club vidéo, Lolo fait une crise. Un vrai bébé! Elle pleure tout en hurlant qu'elle n'enlèvera pas le chandail de Papa. Je déteste lorsqu'elle fait ça. Elle crie aussi aiguë qu'une sirène d'ambulance. Ça me fait mal aux oreilles. J'ai hâte d'aller au club vidéo moi. Elle m'énerve!

Finalement, après cinq minutes de criage infernal, ma mère a la brillante idée de rouler les manches et de rentrer une partie du chandail dans son

pantalon. Laurence est contente de porter le chandail de Papa, et finalement on peut partir, ENFIN!

Je trouve que ma mère a l'air d'un robot. Les mains sur le volant, elle regarde la route devant elle, mais on dirait qu'elle n'est pas là. En fait, elle semble être sur une autre planète. Des fois, je me demande ce que je pourrais faire pour qu'elle redevienne aussi joyeuse qu'avant.

Évidemment, Laurence ne peut pas s'empêcher d'être encore désagréable...

- Maman, est-ce que Papa a froid dans sa tombe? Est-ce qu'il mange ses céréales comme moi?

Quand ma petite sœur pose des questions niaiseuses comme ça, je me sens comme un lion prêt à rugir... Ça m'agace encore plus quand ma mère n'a pas l'air de bien aller...

- LAURENCE! Arrête d'achaler Maman avec ça. PAPA EST MORT!
- Samuel, calme-toi là! Ta sœur est plus jeune, y a des choses qu'elle a de la difficulté à comprendre. Elle a besoin de nous pour lui expliquer. C'est correct qu'elle me pose des questions comme celles-là, ça ne me dérange pas. Laisse-la faire! Si toi aussi tu as des questions, tu peux me les poser.

En stationnant la voiture, ma mère lui explique ce que c'est que la mort. Moi je le sais déjà.

- Laurence, quand on est mort, on ne vit plus. Le cœur arrête de battre et on ne respire plus. Quand on est mort, on cesse d'avoir froid ou faim, c'est comme ça ma chouette. Donc Papa ne peut pas ressentir le froid ni la faim. On en reparlera si tu veux.

Hum... ça sent le pop-corn dans le club vidéo. Ma mère et Laurence se dirigent dans la section familiale. Par hasard, je passe par la rangée des films d'amour tout en pensant à Jade, une fille de mon école. Je n'ai jamais eu de blonde, mais si j'avais à m'en choisir une, ce serait elle. Jade est en sixième année comme moi, mais elle n'est pas dans ma classe. Je la trouve super belle... et en plus, on dirait qu'elle est toujours de bonne humeur. C'est une fille assez populaire. J'aimerais beaucoup la connaître, mais je suis trop gêné pour lui parler...

Je file ensuite dans la section des nouveautés, mais aucun film ne m'intéresse. Pour être honnête, je n'ai plus trop envie d'être là. C'est là faute à Laurence. J'ai vraiment été agacé quand elle s'est mise à parler de Papa dans l'auto. En fait, j'en ai assez d'être ici, j'aimerais rentrer à la maison.

Quelques minutes plus tard, ma mère vient me voir.

- T'as pas encore choisi ton film?
- Non.
- Ben voyons, t'as l'air tout triste Sam... Qu'est-ce qui se passe?

Même si je n'ai pas trop envie de parler... je lui explique quand même:

- Quand je me promène dans les allées, je revois tous les films qu'on avait regardés ensemble avec Papa. Ça me fait de la peine. Je n'ai plus envie d'être ici.

Au même instant ses yeux s'emplissent d'eau... C'est ma faute. Je n'aurais peut-être pas dû lui dire? Elle me serre aussitôt dans ses bras. Je me sens bien, au chaud contre elle, mais en même temps, c'est un peu gênant... Je n'ai pas envie que quelqu'un nous voit... Et là elle me dit tout bas :

- Sam, moi aussi je pense beaucoup à ton père. Moi aussi j'ai de la peine tu sais... mais aujourd'hui on se fait du bien, O.K. ? Laurence a choisi son film. Tu veux que je t'aide à trouver le tien? Et si on allait dans la section comédie?!
- Oui! Bonne idée.

Dès qu'on arrive dans la rangée comédie, j'aperçois le film que m'a recommandé Thomas l'autre jour. Il paraît que c'est hilarant.

- C'est celui-là que je veux!

Je n'ai pas repensé à mon père par la suite.

De retour à la maison, on s'est installés tous les trois sur le divan avec la couverture de laine que Grand-maman nous a offerte. Ma mère est assise au milieu. Elle nous a préparé chacun un bol de popcorn, mais elle n'en a pas mangé une graine. Nous fixons l'écran, personne ne parle pendant le film.

Je remarque un peu plus tard que ma mère a fermé les yeux. On dirait qu'elle fait une sieste. Il faut dire que le film choisi par Laurence est un peu endormant... Elle se réveille plus tard pendant le générique. Laurence s'empresse alors de lui raconter la fin de l'histoire.

L'après-midi cinéma se poursuit avec mon film. Thomas avait raison, c'est une histoire très comique. On éclate de rire à plusieurs reprises, tellement, que Laurence échappe tout plein de popcorn sur le tapis. Maman rigole bien elle aussi.

Des fois je me demande si j'ai le droit de m'amuser même si mon père est mort. En tout cas, ça faisait bien longtemps que nous avions ri comme ça, tous les trois, depuis la mort de Papa.

\* \* \* \* \*

## Chapitre 4

### 7 mars, Un avion dans les nuages

La classe est tranquille. Les élèves ont tous la tête baissée. On n'entend pas une mouche voler.

Madame Isabelle nous a remis une feuille de calculs écrits à faire avant d'aller dîner. C'est difficile... je suis découragé. J'en ai presque la moitié de fait, mais là je n'arrive plus à penser. J'ai beau relire le problème, je suis tout mélangé :

*Mélanie a trois fois plus de fleurs sur son chandail que sa sœur Sandra. Si Sandra a la moitié moins de fleurs sur son chandail que Sophie qui en a 16, combien y a-t-il de fleurs sur le chandail de Mélanie?*

C'est compliqué... je sais plus trop par où commencer... par les fleurs de Sandra ou par celles de Mélanie? Je n'ai pas trop envie de travailler...

En tout cas, je crois que Jade aime les fleurs. J'ai remarqué tout à l'heure qu'elle en a collé sur son casier pour le décorer. Si j'étais son amoureux je lui donnerais une rose comme dans les films.

Au salon funéraire il y en avait beaucoup des fleurs et de toutes les couleurs; des blanches, des jaunes, des roses, et même des bleues, mais ça sentait trop fort! Il y avait aussi beaucoup de monde. Des tantes, des oncles, des grands-parents, des cousins, des cousines, des amis à mes parents, des gens de leur travail et même des voisins. Tous ces gens-là étaient venus voir mon père pour une dernière fois. Il y a des personnes que je ne connaissais même pas, qui me serraient la main en disant tout bas *mes sympathies*. Je savais pas trop quoi leur répondre...

Je n'ai pas l'habitude de m'habiller chic. Ma mère m'avait dit de mettre mes souliers en cuir, mais j'avais mal aux pieds... il fallait rester debout

longtemps. J'aurais préféré être ailleurs, mais en même temps je voulais être là, avec mon père, pour une dernière fois.

Au début, quand ma mère nous l'a annoncé, je n'arrivais pas à croire que mon père était mort et qu'il ne serait plus jamais là. Je le savais, mais je n'arrivais pas à y croire. Quand j'étais à la maison, je pensais qu'il allait me téléphoner comme d'habitude. J'attendais que le téléphone sonne... Quand j'ai vu son corps au salon funéraire, là j'ai compris qu'il était vraiment mort.

Papa était allongé dans un cercueil. Je l'ai reconnu dès que je l'ai vu. Laurence et moi on avait déposé chacun un dessin à côté de lui, près de son épaule. Moi j'avais dessiné un avion dans les nuages. Ma sœur avait tracé, aux crayons feutre, un arc-en-ciel entouré de cœurs. Mon père avait les yeux fermés comme s'il dormait. J'avais parfois l'impression qu'il allait se lever du cercueil, mais je savais bien que c'était impossible puisqu'il était mort. J'ai mis ma main sur la sienne. Ça m'a fait un peu bizarre, car elle n'était pas chaude comme d'habitude. Pendant ce temps là, Lolo jouait à la cachette avec mes petites cousines. Elles étaient excitées... Grand-maman leur avait demandé de se calmer, mais elles ont continué à courir un peu partout. J'aidais Lolo à se cacher sous une chaise quand j'ai vu ma tante Stéphanie pleurer. Je ne savais pas quoi faire pour la consoler alors j'ai fait comme si je ne l'avais pas vu... Ma mère m'a ensuite présenté un monsieur :

- Samuel vient par ici, je veux te présenter Cédric. C'était un bon ami de ton père, ils travaillaient ensemble.
- Salut Samuel. Ton père me parlait souvent de toi. On réparait des avions ensemble au hangar.

Cédric avait l'air gentil, mais j'étais un peu gêné de lui parler. Alors je lui ai seulement dit *allo*.

En fin de journée, Grand-maman nous a donné des bonbons. Nos préférés en plus! Laurence et moi nous étions très contents. Par la suite, ma mère est revenue me voir avec une immense carte. Elle était géante! La plus grande carte de souhaits que je n'ai jamais vue!

- Samuel, c'est de la part de madame Isabelle! Tous les élèves de ta classe l'ont signée.

Wow! Ça m'a fait super plaisir qu'ils aient pensé à moi. J'ai rapporté la carte à la maison après les cérémonies. D'ailleurs, elle se trouve encore dans ma chambre, sur mon bureau.

Quand mon père est mort, j'ai manqué une journée d'école. J'avais un peu peur de me faire poser toutes sortes de questions, mais tout le monde a été gentil avec moi. Madame Isabelle a expliqué ce qui s'était passé aux élèves de ma classe. Nous avons convenu, elle et moi, qu'ils pouvaient aller la voir, elle, s'ils avaient des questions. Nous avons aussi décidé que j'aurais parfois de petits privilèges.

D'ailleurs, ce midi, c'est mon dîner spécial avec elle. Nous allons d'abord faire une récupération en mathématiques avant de manger ensemble, juste nous deux dans la classe. J'ai hâte que la cloche sonne!

\* \* \* \* \*

## Chapitre 5

### 2 avril, Coup de tonnerre et sourire de lune

Ma tante Stéphanie est passée prendre un café avec ma mère en début de soirée. Elles discutent ensemble au salon. Il commence à se faire tard, Lolo est au lit depuis un bon moment. C'est à mon tour de me préparer pour aller me coucher. Ma mère et Stéphanie jasant depuis plusieurs heures. On dirait qu'elles ont beaucoup de choses à se raconter ces deux-là!

C'est bizarre... je ne sais pas pourquoi, mais tout à coup, juste au moment où je passe près d'elles pour aller à la salle de bain, elles cessent de parler. Il y a un silence de mort.

- Chhhhhhhhhhhut!...

Puis, j'entends ma tante chuchoter. Pourquoi elle parle à voix basse? Peut-être que c'est parce qu'elle ne veut pas que j'entende ce qu'elle dit? Je suis presque certain qu'elle parle encore de mon père. On dirait que parfois les gens sont mal à l'aise de parler de lui. On dirait qu'ils veulent me cacher des choses. Est-ce que c'est parce qu'il a fait quelque chose de mal? Est-ce que c'est parce qu'il s'est suicidé? En tout cas... j'ai fait comme si je ne m'en étais pas aperçu et je suis allé me brosser les dents.

Une fois repassé au salon pour leur souhaiter une bonne nuit, je saute dans mon lit, au chaud sous les couvertures. Je pense à Jade... Elle est trop belle. J'aimerais tellement ça la connaître! Mes paupières sont lourdes, je m'endors rapidement.

Au beau milieu de la nuit, je me réveille en sursautant, comme si un coup de tonnerre venait de me réveiller violemment. J'ai chaud! Mon cœur bat à cent mille à l'heure. J'ai encore fait un cauchemar! JE DÉTESTE ME SENTIR COMME ÇA. On dirait qu'une tornade est passée

dans mon lit. Les couvertures sont emmêlées et mon oreiller est par terre...

C'est tellement difficile de se rendormir après avoir fait un cauchemar. Ça tourne dans ma tête, je repense à toutes sortes de choses.

En tirant sur les couvertures pour m'abriter, j'entends un bruit dans le couloir. Qu'est-ce que c'est?! Est-ce qu'il y a un voleur dans la maison?! Ah non! Je viens de voir des ombres par la fenêtre! J'AI PEUR! Vite, je me cache sous le drap. Puis, plus rien. Le silence revient. Immobile, je reste aux aguets comme si j'étais un lièvre qui tend l'oreille avant de bondir.

- Fffffchhh fffffchhhh...

On dirait quelqu'un qui se mouche...

Ah! C'est pas un voleur! C'est ma mère qui pleure encore.

Depuis que mes parents se sont séparés, j'entends parfois ma mère pleurer la nuit. Ça arrive un peu plus souvent depuis que mon père est mort.

Elle n'a pas l'air de bien aller... Je m'inquiète beaucoup quand elle pleure comme ça. J'ai peur que quelque chose de terrible arrive encore. Même si elle m'a juré que jamais elle ne ferait ça, parfois j'ai peur qu'elle se suicide elle aussi. Dans ce temps-là je repense à ce qu'elle m'a dit :

- *Samuel, je ne me suiciderai jamais. Fais-moi confiance, je ne ferai jamais ça, je te le jure! La mort de ton père nous fait tous mal à l'intérieur. C'est comme... c'est comme si on avait une énorme blessure sur le cœur. Des fois je me sens toute à l'envers, mais ne t'inquiète pas pour moi mon grand. Je t'assure que je vais continuer à prendre soin de moi. Et puis, il y a des gens qui sont là*

*pour m'aider, je sais que je peux leur demander de l'aide si j'en ai besoin. Hum, t'aimes pas ça me voir pleurer hein?... mais tu sais parfois, ça me fait du bien de pleurer. C'est un peu comme si j'ouvrais la valve du barrage et que je laissais couler l'eau. Après il y a un peu moins de pression à l'intérieur de moi et je me sens mieux.*

Ça me fait un peu moins peur quand je réfléchis à ce qu'elle m'a expliqué, mais c'est plus fort que moi... je garde les yeux grands ouverts. Pas moyen de les refermer. Je ne veux pas me rendormir tant qu'elle n'aura pas cessé de pleurer.

Les minutes passent, le temps file... J'ai beau lutter contre le sommeil pour rester éveillé, mes paupières se font de plus en plus lourdes, et malgré moi, je me rendors.

Le lendemain matin, les rayons de soleil plombent à travers le rideau. Laurence et Maman rigolent tellement, qu'elles me réveillent. On dirait que Lolo est allée rejoindre ma mère dans son lit cette nuit. Ma petite sœur a peur du noir. C'est pour ça que ma mère a placé une veilleuse en forme d'étoile dans sa chambre. Depuis que Papa est mort, quand elle a peur, Laurence va retrouver ma mère dans son lit. Moi je n'ai pas de veilleuse, c'est pour les bébés, ça!

- Hahaha!
- Hihihii!! Maman arrête! Hihihihii!

Elles ont vraiment l'air de s'amuser... On dirait qu'elles se font des chatouilles. J'aimerais bien aller les rejoindre, mais... j'ai quand même passé l'âge des chatouilles!... et puis, peut-être qu'elles n'ont pas envie que je sois avec elles...

- Samuel, es-tu réveillé?

- Ouiiii.
- Viens avec nous! On fait une bataille d'oreillers!

*Cool!* Je sors de mon lit et j'accoure les rejoindre avec mon oreiller à la main. Laurence se trouve debout sur le lit. C'est la pagaille! Elle donne des coups d'oreiller tandis que ma mère la chatouille. Comme un lutteur sumo, je m'agrippe à sa jambe. En moins de deux secondes, elle perd l'équilibre et bascule sur le matelas en éclatant de rire.

- Hihihiii!

Ma mère a les yeux pétillants comme des feux d'artifice, son sourire est grand comme la lune. Elle se tourne vers moi en me chatouillant vigoureusement sous les bras. C'est irrésistible... impossible de m'empêcher de rire!

- Hahaha, Maman arrêêêête, hahaha...!!

À la fin du combat, nous nous allongeons bien collés tous les trois, comme si nous étions dans un cocon. On est tellement bien dans le lit de ma mère.

En se retournant, Maman nous regarde tendrement.

- Je vous aime tellement vous deux. Vous êtes mes trésors d'amour!

Elle nous caresse doucement la joue. Puis, elle sort du lit, enfile ses pantoufles et lance :

- Bon! Allez debout! J'ai besoin de votre aide pour préparer des crêpes!

\* \* \* \* \*

## Chapitre 6

### 13 mai, Figé comme un *Popsicle*

J'ai fait une énorme gaffe tout à l'heure, pendant le cours d'éducation physique. Toute la classe jouait au soccer dehors. La partie était serrée, c'était 2-2. Et là, Félix Legrand s'est approché du but à toute vitesse avec le ballon. J'ai essayé de lui bloquer le passage pour l'empêcher de marquer, mais par malheur, le ballon a rebondi sur ma tête, pour ensuite se diriger directement dans notre filet. Oui, oui... le filet de mon équipe... CA-TAS-TROPHE!!! Legrand a marqué un point par ma faute. JE SUIS VRAIMENT POCHE... J'espère que Jade ne m'a pas vu par la fenêtre... Elle va me trouver niaisieux... J'ai tellement honte!

La période de lecture à la bibliothèque vient de se terminer. Nous nous dirigeons vers la classe. Tiens, je ne sais pas pourquoi, mais il me semble que j'ai les bras plus légers que d'habitude... Zut! C'est parce que j'ai oublié une de mes bandes dessinées sur le comptoir des prêts. Aussitôt aperçu, je fais un cent quatre-vingt degrés pour revenir rapidement sur mes pas. Par malchance quelqu'un se trouve sur mon chemin. *BANG!* par mégarde, je lui rentre dedans. Nous sommes front contre front. Qui se trouve devant moi? Eh oui... Félix Legrand... Encore lui! Décidément, c'est une mauvaise journée... À qui la faute? Encore à moi!...Voilà pour lui une belle occasion de se moquer de moi à nouveau... Comme de fait, il saisit l'opportunité pour me lancer un commentaire méchant.

- Ah! Sam, toujours dans les nuages?! Comme ton père...

Je ne sais pas pourquoi, mais en moins de deux secondes, je deviens complètement enragé. C'est comme si un volcan de colère venait de se réveiller en moi. Mes poings se serrent tandis que mon cœur s'accélère. On dirait que de la lave de volcan monte dans mes bras. Attention tassez-vous, du feu va me sortir par les yeux! Je suis tellement furieux que je n'arrive plus à me contrôler. Je sens que ça va exploser. Les dents serrées comme un chien Doberman, je bondis sur Legrand, l'agrippe par

le collet et le plaque contre un casier. Figé comme un *Popsicle*, il a l'air vraiment surpris. Nous restons là, les yeux dans les yeux jusqu'à ce que mon ami Alex s'approche.

- HEILLE LEGRAND, t'es vraiment poche de dire ça à Sam! Faut vraiment être un gros épais!

Legrand baisse les yeux. Il ravale sa salive avant de rouvrir la bouche. Un timide *je m'excuse Samuel*, à peine perceptible, se fait entendre. Aussitôt entendu, je le lâche pour ensuite partir à la course avec Alex. Une chance que le directeur ne m'a pas vu, j'aurais eu une retenue c'est sûr!...

Méchante journée... et elle n'est pas encore terminée... Il me reste une tonne de devoirs à faire. Madame Isabelle m'a demandé d'effectuer des exercices supplémentaires pour rattraper les notions que je ne comprends pas assez bien. Ouffff... J'ai pas envie de faire ça...

Il va bien falloir commencer si je veux finir. Madame Isabelle me dirait sans doute : *Samuel, ne te décourage pas. Fais un numéro à la fois.*

Ça fait presque une heure que je fais des maths emprisonné dans ma chambre. J'en peux plus! Pourquoi c'est si difficile? Il me semble que j'étais bon à l'école l'année dernière. Mes notes ont baissé depuis la mort de mon père. Je ne comprends pas pourquoi. Les examens du Ministère vont bientôt avoir lieu. J'ai peur d'avoir un mauvais résultat... Je ne veux surtout pas être placé dans une classe spéciale au secondaire. J'aimerais tellement ça être meilleur à l'école.

Allez! Il ne faut pas lâcher... Encore un petit coup à donner... plus qu'une page de problèmes à résoudre.

Ça y est! Le dernier problème est ENFIN terminé. C'était pas facile... Au début je comprenais rien, mais en relisant attentivement l'énoncé, j'ai

réussi à trouver la bonne opération à effectuer. Fini les devoirs pour ce soir! Je suis libre!

- Samuel, viens manger. C'est prêt!

Déjà l'heure du souper? Ah non! J'aimerais mieux aller jouer à l'ordi au sous-sol...

En arrivant à la cuisine, ma mère me demande de lui donner un coup de main. J'ai pas tellement envie... mais je l'aide quand même à mettre la table. Deux chaudrons mijotent sur la cuisinière. Ça sent bon.

- Qu'est-ce qu'on mange?

- Du spaghetti.

Il en faisait souvent du spaghetti mon père quand j'allais chez lui la fin de semaine. Chacun notre tour, on lançait une nouille au mur pour vérifier si elles étaient bien cuites. C'était drôle! J'aimerais bien le faire en ce moment, mais je sais très bien que ma mère ne serait pas d'accord... Elle me crierait après c'est sûr! Il était drôle mon père. Ma mère, elle est plutôt sérieuse.

Laurence est excitée comme une puce de nous raconter sa visite scolaire au Biodôme. C'est injuste, elle n'a pas d'examen du Ministère à préparer elle...

- ... j'ai vu un petit singe manger des raisins sur une branche... Tu sais Maman, les manchots c'est pas des pingouins, parce qu'ils ne peuvent pas voler... J'aime bien le lynx, c'est comme un gros chat qui ressemble à un tigre...

Bla... bla... bla... Elle parle comme une pie, mais elle mange aussi lentement qu'une tortue... son assiette est encore pleine. Moi j'ai pas

envie de placoter. Je m'empresse de rouler mes nouilles avec ma fourchette. C'est mon père qui m'avait montré comment manger des spaghettis sans utiliser un couteau. J'ai hâte de finir de manger pour aller jouer sur l'ordinateur au plus vite.

Après quelques minutes de conversation avec Lolo, ma mère se tourne vers moi en m'adressant la parole.

- Et toi Sam, comment a été ta journée?
- Correcte.
- Comment ça va à l'école?
- Bien.

Elle me pose toujours les mêmes questions... Ça m'énerve! J'ai pas envie de lui dire que c'est difficile à l'école et que j'ai peur de couler mes maths. Je ne veux pas l'inquiéter avec ça... Je veux juste manger mon spaghetti et aller jouer sur l'ordi tranquille. La paix s'il vous plaît! C'est pas compliqué il me semble!

\* \* \* \* \*

## Chapitre 7

### 23 mai, S.O.S Kung-fu

Laurence et ma mère sont parties s'acheter des nouvelles sandales. Moi, je n'en ai pas besoin, car les miennes me font encore. Et puis, j'avais pas vraiment envie d'aller avec elles au centre commercial. Je préfère jouer sur l'ordinateur. J'en suis au dernier niveau du jeu de Kung-fu qu'Alex m'a prêté! Il est vraiment difficile. Je me fais toujours tuer par les ninjas en entrant dans le village: Peut-être qu'une petite pause me ferait du bien?

En montant l'escalier du sous-sol, je remarque combien la maison est silencieuse. C'est tellement calme quand Laurence et ma mère ne sont pas là.

- PACLANG!

C'est quoi ça? On dirait que quelque chose est tombé par terre. Je suis presque certain que le bruit vient du salon. En arrivant près du canapé, je remarque immédiatement que l'une des lampes de table est de travers. Mes yeux parcourent ensuite le sol. J'aperçois alors le cadre avec la photo de mon père sur le tapis. Mais qu'est-ce qui se passe? Comment se fait-il que la lampe et le cadre ont bougé? Il n'y a pourtant que moi dans la maison... Qui a fait renverser le cadre de Papa?!

J'ai peur! Mes jambes sont raides comme un bâton de baseball et mon cœur bat de plus en plus fort. C'est comme si j'étais dans un film d'horreur...

Soudain, je sens quelque chose m'effleurer la jambe. J'en ai la chair de poule... Est-ce que c'est un fantôme? On dirait que mon cœur va sortir de ma poitrine tellement il bat fort. J'ai envie de faire comme si je n'avais rien senti et m'enfuir aussi vite qu'une auto de course, mais il faut que je regarde ce que c'est... Allez Sam... COURAGE...

En baissant les yeux, je constate qu'une touffe de poils orangés se trouve à mes pieds. Ouffff! Quel soulagement! C'est pas un fantôme, c'est mon chat Caramel qui se colle sur moi!

- CAMEL! Tu m'as fait peur! C'est toi qui as fait tomber le cadre?!

Il me regarde d'un air naïf. Tandis que je remets les choses à leur place, Caramel se donne un élan et bondit sur la table à café. Il plaque son museau contre la photo de Papa puis sur ma main.

- T'es pas mal tannant mon chat!

Amicalement, Caramel me donne un coup de tête comme s'il me faisait un câlin. Nous descendons ensuite ensemble au sous-sol. Je m'installe devant l'ordinateur, tandis que lui, se couche sur le tapis.

Au bout d'un certain temps, mes yeux croisent l'heure affichée au bas de l'écran. Il est passé 17 heures, ma mère et Laurence devraient être sur le point d'arriver. Avant de partir au centre commercial, maman m'avait dit qu'elle serait de retour à 17 heures. Il est 17h07, elles vont arriver d'une minute à l'autre...

A chaque fois qu'une voiture tourne le coin de la rue, je regarde par la fenêtre pour vérifier si c'est ma mère et ma sœur qui s'en viennent. Pourquoi elles ne sont pas encore arrivées? Tiens, je vais appeler ma mère sur son cellulaire. J'attrape le téléphone et compose son numéro. Ma mère ne répond pas. La boîte vocale embarque automatiquement. ÇA M'ÉNERVE! Pourquoi elle ne répond pas?! J'en ai assez d'attendre!

Il est maintenant 17h23 et elles ne sont toujours pas rentrées. Pourquoi elles n'arrivent pas? Pourquoi c'est aussi long? Soudain, une idée terrible me passe par la tête. Et s'il leur était arrivé un accident? Vite, je dois rappeler Maman.

Je l'appelle à nouveau, toujours pas de réponse.... encore la boîte vocale. C'est plus fort que moi, je ne peux pas m'empêcher de penser au pire. Le temps me semble extrêmement long... On dirait que les secondes sont rendues des minutes. Je n'ai plus du tout envie de jouer au jeu de Kung-fu... alors j'éteins l'ordinateur.

À 17h32, la voiture tourne le coin de la rue pour ensuite se stationner dans l'entrée. Elles sont de retour! ENFIN! J'accours les rejoindre à la porte d'entrée. Leurs bras sont chargés de sacs.

En ouvrant la porte d'entrée, elles s'exclament :

- Coucou, c'est nous... On est de retour!

C'est frustrant que ma mère m'ait fait aussi peur. Tellement, que je lui crie après.

- Je t'ai appelée deux fois sur ton cellulaire! POURQUOI T'AS PAS RÉPONDU?
- Oh! Ben voyons... Ça va pas Sam? Pourquoi t'es fâché comme ça?

Elle plonge la main dans la poche de sa veste, puis la ressort vide.

- Ah, t'as raison, j'avais pas mon téléphone avec moi, je l'ai laissé dans la poche de mon autre gilet... Mais c'est pas la peine de crier comme ça! Qu'est-ce que tu voulais me dire au juste?
- JE VOULAIS SAVOIR OÙ VOUS ÉTIEZ! Tu m'avais dit que tu serais de retour à 17 heures. Vous êtes en retard! J'en pouvais plus d'attendre. Je pensais que vous aviez eu un accident.

- Oh! Calme-toi Sam. T'as raison... On est rentré un peu plus tard que prévu. C'est parce qu'en sortant des magasins, on en a profité pour aller faire l'épicerie. Hum... on dirait que tu t'es fait beaucoup de soucis toi... Ça s'est bien passé à la maison pendant notre absence?
- NON. Il est arrivé quelque chose de bizarre... Caramel a presque brisé le cadre avec la photo de Papa. Au début, j'ai cru que c'était un fantôme qui l'avait fait tomber par terre... J'aime vraiment pas ça être tout seul à la maison.

Ma mère dépose ses sacs par terre et s'approche ensuite de moi.

- Hum... Ton imagination s'est faite aller, toi... On dirait que tu t'es imaginé toutes sortes de choses apeurantes pendant notre absence...
- Je sais pas... Peut-être...
- Tu sais très bien que les fantômes ça n'existent pas. Mais, tu sais... Depuis la mort de ton père...

Ah non, j'ai pas envie de parler de Papa en ce moment... ça fait trop mal.

- Depuis la mort de ton père, moi aussi il m'arrive que mon imagination me joue des tours... Des fois j'ai l'impression qu'il se trouve à côté de moi.
- Ah oui?
- Humhum... Il paraît que lorsqu'une personne qu'on aime meurt, on a tendance à porter attention à certaines choses comme aux petits bruits... et ensuite on s'invente toutes sortes d'histoires

affolantes, comme par exemple si une porte claque ou qu'un cadre tombe par terre...

On dirait qu'elle comprend ce qui m'est arrivé.

- On devient alors craintif. Ça nous fait peur. Parfois, on peut même avoir peur de perdre d'autres personnes qu'on aime...

Je lui fais signe que oui en hochant la tête.

- Je sais que c'est pas facile pour toi. Je suis contente que tu m'en aies parlé. Viens me voir la prochaine fois que ça t'arrive, O.K.?
- Hum hum.
- Bon! Peux-tu apporter ces sacs-là à la cuisine s'il te plaît?

Un peu plus tard dans la soirée, je suis retourné à l'ordi jouer à mon jeu de Kung-fu. C'est un peu décourageant, le quatrième niveau n'est toujours pas réussi. Il est vraiment difficile. Je l'ai recommencé plusieurs fois, mais aussitôt arrivé au village, les ninjas m'attaquent et je meurs.

- Bibibibi!... Bibibibi!...

Le téléphone vient de sonner. Ma mère me lance un cri du haut de l'escalier :

- SAM! Téléphone! C'est Alexandre.

Yes! Je vais pouvoir lui demander comment il fait pour terminer le niveau quatre.

- J'ARRIVE!

Alex m'appelle pour savoir si je vais apporter mon ballon de soccer aux olympiades de fin d'année à l'école. Les trois classes de 6<sup>e</sup> année seront mélangées pendant les épreuves. Il va y avoir une course à relais, du saut en hauteur, du basketball et plein d'autres sports. Peut-être que Jade va être dans mon équipe!

Au téléphone avec Alex, j'en profite pour lui demander un truc. C'est son jeu de Kung-fu, alors il doit bien savoir quoi faire au niveau quatre...

- Alex, j'ai passé toute la journée à essayer le niveau quatre du jeu de Kung-fu... comment il faut faire pour tuer les ninjas qui sont à l'entrée du village?
- C'est facile! Avant d'entrer au village, va dans la maison de paille. Tu vas y trouver un coffre, et à l'intérieur, il y a le katana qu'il te faut.
- Un katana? C'est quoi ça?
- C'est la longue épée japonaise que tu as besoin pour combattre les ninjas.
- Ah, O.K.! Merci Alex!
- De rien! À demain!

\* \* \* \* \*

## Chapitre 8

### 21 juin, Youppi, l'école est finie!

C'est une journée très spéciale à l'école aujourd'hui. En fait, il s'agit de la dernière journée avant le début des vacances. C'est aussi ma dernière journée à l'école primaire, parce que, en septembre, je serai en secondaire un!

Les parents ont été invités à la remise des diplômes. Ma mère et ma sœur se sont assises dans la première rangée du gymnase. Je suis content de les voir, mais ça me fait un peu de peine que mon père ne soit pas là. Thomas m'a dit qu'il aurait lui aussi apprécié que son père assiste à la cérémonie, mais depuis qu'ils se sont divorcés, ses parents ne peuvent plus de se sentir. C'est pas pareil! Lui, son père, il va lui dire *Bravo* quand il va le voir en fin de semaine. Moi c'est différent... Mon père, je ne le reverrai plus JAMAIS. C'est tellement injuste!

Le gymnase de l'école est bondé. Les chaises sont cordées en rang d'oignons. Il n'y a plus aucune place de libre. Bien sûr, Jade est là elle aussi. Elle est encore plus belle que d'habitude avec son bandeau dans ses cheveux et sa jupe en jeans. Son père est assis à sa droite. Elle est chanceuse... J'aimerais tellement que mon père soit là en ce moment. Rien qu'à y penser, j'ai le cœur en bouillie... comme si une tonne de briques venait de m'écraser.

Les professeurs, se trouvant sur la scène, remettent des certificats spéciaux à certains élèves. Une mention est décernée à Léa Duguay en anglais et une autre à Félix Legrand, pour athlète de l'année. Tout le monde les applaudit. Après avoir remis leurs certificats, madame Isabelle leur fait chaleureusement la bise. Elle se rapproche ensuite du microphone tout en mentionnant qu'une dernière mention sera soulignée.

- Avant de procéder à la remise des diplômes, j'aimerais remettre le certificat de la persévérance. Il est destiné à un élève qui a travaillé très fort tout au long de l'année. Samuel, il est pour toi.

À MOI?! Quelle surprise! Tout d'un coup, je me sens aussi joyeux qu'à mon anniversaire! En m'avançant à l'avant du gymnase, je jette un coup d'œil à l'audience. Le sourire de ma mère est splendide. Elle applaudit à pleines mains en s'écriant :

- Bravo Samuel! Bravoool!

Quelle joie! Je me sens aussi léger qu'une plume! C'est vrai que j'ai travaillé énormément cette année. Des fois, j'ai même demandé à mon père de m'aider... surtout pendant l'examen de mathématiques du Ministère. Je lui disais: *Papa, aide-moi s'il te plaît*. Chose certaine, Félix Legrand ne s'en est pas aperçu puisque je m'adressais à lui à voix basse dans ma tête. Même s'il n'est plus là, je crois qu'il est quand même avec moi mon père. C'est pour ça que je lui parle parfois dans ma tête. Le certificat qui m'est décerné est blanc et bleu, encadré d'une fine dorure. Mon nom y est inscrit en grandes lettres noires tout au centre. C'est avec fierté que je le tiens. En retournant m'asseoir, je dis tout bas: *Papa... tu serais fier de moi!*

Madame Isabelle nous appelle ensuite, un par un, afin de nous remettre, chacun notre tour, un diplôme. Il est enroulé comme un parchemin. Je suis content d'en avoir un, je le conserverai précieusement. Youppi, l'école est finie!

Une fois la cérémonie terminée, la séance photo commence! Les parents nous photographient aux côtés de madame Isabelle, puis entre amis. On est comme des vedettes sur le tapis rouge! Évidemment, Lolo n'aime pas trop ça... Après quelques instants, elle se met à rouspéter.... On dirait qu'elle est jalouse. Ah! Un vrai bébé!... Ma mère propose de

nous photographier ensemble tous les deux. Laurence sourit alors à pleines dents en regardant la caméra.

- CHEEEEEESE!!!!

On se dit ensuite un dernier au revoir entre amis avant de filer vers le stationnement. La plupart iront à la même école que moi l'année prochaine, Jade aussi! J'ai hâte d'aller au secondaire, mais en même temps... ça me fait un peu peur.

En arrivant près de la voiture, ma mère m'enlace d'un bras.

- Je suis très fière de toi mon grand. Tu l'as pas eu facile cette année... Malgré tout ce qui est arrivé, tu n'as pas baissé les bras, tu as continué à travailler fort. Bravo! J'ai envie de t'offrir un cadeau pour souligner ça. Qu'est-ce que tu dirais d'arrêter à la boutique informatique te choisir un jeu?

- Ouiiii!

Évidemment, Laurence devient aussitôt désagréable...

- C'est pas juste! Moi aussi je veux un cadeau!

- Laurence, aujourd'hui, c'est une journée spéciale pour ton frère. Peut-être que tu l'envies, mais tu sais, toi aussi tu auras ta journée spéciale à la fin de ta 6<sup>e</sup> année. Tout à l'heure, Samuel va se choisir un cadeau et toi tu auras droit à une petite gâterie. O.K.?

- Yé!

Une fois la voiture stationnée près du centre commercial, nous nous dirigeons tous les trois vers la boutique informatique. C'est avec empressement que j'entre dans le commerce. Le jeu de guerre dont je

rêve depuis une éternité entre aussitôt dans mon champ de vision. Je n'hésite pas une seconde.

- C'est lui que je veux!
- O.K. prends-le! Samuel, on est un peu pressé... j'ai un rendez-vous tout à l'heure. Peux-tu te rendre au magasin d'à côté avec Laurence lui acheter le paquet de bonbons qu'elle veut. Pendant ce temps-là je vais payer ton jeu. Tiens, prends la monnaie.
- O.K.!

Puis, de retour à la voiture, assise sur la banquette arrière, Laurence grignote ses jujubes rouges en forme de framboises tandis que je regarde attentivement la boîte de mon jeu. Je suis tellement impatient d'arriver à la maison pour commencer à jouer!

Aussitôt entré à la maison, j'accours à l'ordinateur du sous-sol. Ma mère m'y rejoint quelques minutes plus tard.

- Sam, ta tante Stéphanie va arriver d'une minute à l'autre. Elle va s'occuper de ta sœur pendant que je serai au CLSC. Je devrais être de retour dans environ une heure et demie.
- Pourquoi tu vas aussi souvent au CLSC Maman? T'es malade?
- Ben non! Je rencontre une dame qui m'accompagne dans mon deuil.
- Ça veut dire quoi *deuil*?
- Le deuil? Ben... c'est une période difficile par laquelle on passe quand quelqu'un qu'on aime meurt. C'est comme plusieurs grandes vagues d'émotions qui partent et qui reviennent.

Comment je pourrais t'expliquer ça?... Hum... Quand on vit un deuil, c'est comme si on était dans un bateau sur la mer. Parfois on se sent tout à l'envers, on ressent de grosses vagues d'émotions... et... d'autre fois, on se sent mieux, les vagues sont moins violentes et plus calmes. Tu sais, ça me fait du bien de parler à quelqu'un qui peut comprendre la tempête dans laquelle on est depuis que ton père s'est suicidé.

- Je comprends pas... Tu dis que ça te fait du bien, mais parfois t'as l'air triste quand tu reviens du CLSC.
- Ah oui? Mais tu sais Samuel, c'est pas mauvais de pleurer. C'est correct de ressentir et de laisser sortir notre tristesse. Ce que je veux dire c'est que ça me fait du bien de parler à quelqu'un des émotions qui sont dans mon cœur. T'inquiète pas pour moi. Là je dois filer, sinon je vais être en retard... On en reparlera... À tantôt mon grand.

\* \* \* \* \*

## Chapitre 9

### 19 juillet, Télé, ordi, télé, ordi, télé, ordi...

Vive les vacances! Pas d'école, pas de devoirs, ça laisse tout plein de temps pour jouer et regarder la télé! Comme Laurence est au camp de jour, je peux jouer à mon jeu de guerre sans me faire déranger. Je joue intensivement depuis quelques semaines. D'ailleurs, le dernier niveau vient tout juste d'être terminé! Oui, oui, en seulement quelques semaines! Trop fort le gars!

Je peux passer des heures à jouer sans me fatiguer. Ma mère a l'air un peu désespérée de me voir aussi souvent devant l'écran... L'autre jour, elle me l'a reproché.

- T'es toujours là-dessus! Quand est-ce que tu vas aller te mettre le nez dehors?

En claquant la porte, je lui ai dit ma façon de penser :

- Ce sont MES vacances. J'AI LE DROIT DE FAIRE CE QUE JE VEUX! LAISSE-MOI TRANQUILLE!

Depuis que je suis en vacances, j'écoute mes émissions préférées le matin. Dès que ma mère et ma sœur sortent de la maison, je me précipite devant l'ordinateur. À l'occasion, je joue au basket avec Thomas, mais là ça ne sera plus possible parce qu'il est parti en vacances au Mexique. La plupart du temps, j'écoute mes émissions au sous-sol et je me couche tard le soir.

Au début, les premières journées de vacances passaient super vite. Je pouvais ENFIN faire tout ce que je voulais! Mais là, les journées commencent à se ressembler. C'est presque toujours la même chose : télé, ordi, télé, ordi, télé, ordi... Des fois je ne sais pas trop quoi faire d'autre... Ça commence à être un peu ennuyant... J'ai plus tellement

envie de jouer à mon jeu de guerre. Et puis, j'en ai assez de regarder toujours les mêmes épisodes de l'émission Planète mauve. Ils repassent en reprise à la télévision, je les connais presque tous par cœur...

Je me demande ce qu'elle fait pendant ses vacances, Jade.

Ah, c'est plate, j'ai rien à faire! Peut-être qu'aller dans ma chambre m'aiderait à me trouver quelque chose pour m'occuper? Mon lit est encore tout défait. Comme une poche de patates, je me laisse tomber dessus. C'est un peu plus en désordre dans ma chambre ces temps-ci. J'ai pas trop envie de me ramasser. Mes vêtements traînent par terre près du ballon de football. Ma mère a horreur de ça... Si elle entrait, elle ferait toute une crise... Et en plus, j'ai pas encore rapporté mon verre sale à la cuisine... mais de toute façon, ma mère n'est pas là! Qu'est-ce que je pourrais faire pour m'occuper? Un jeu de société?... non, tout seul c'est pas possible. Lire une BD? Pourquoi pas! Et puis ce n'est pas le choix qui manque, ma bibliothèque est pleine.

Paresseusement, j'étire mon bras comme un manche télescopique vers la bibliothèque pour prendre un livre. Même pas besoin de sortir du lit. OUPS! Par maladresse, j'accroche la guitare de Papa. Ah non!... elle est sur le point de basculer par terre, mais je la rattrape aussitôt de l'autre main. Hop là! Guitare sauvée! Quels réflexes!

Confortablement évaché, je feuillette rapidement l'album, avant d'en reprendre un autre, et un autre, et encore un autre... les volumes s'empilent au pied du lit. Les pages tournent comme un moulin à vent sans que je ne prenne vraiment le temps de lire. En fait, je n'ai pas envie de lire. Il faut dire que j'ai déjà parcouru mes BD une vingtaine de fois...

Il y a rien à faire! Tout m'ennuie, c'est déprimant...

Et si j'appelais Alex? On pourrait jouer au hockey dans la rue ou aller nous baigner à la piscine municipale. Ça serait trop cool! Ça y est, j'ai

l'impression d'avoir des ressorts dans les jambes, j'ai envie de bouger! En galopant vers la cuisine, j'empoigne le téléphone pour appeler Alex. Son numéro, c'est facile, je le connais par cœur. Aussitôt composé, sa mère répond.

- Allo, c'est Samuel. Est-ce que je pourrais parler à Alexandre?
- Salut Samuel! Alexandre est parti à la pêche avec son père ce matin, ils vont revenir dans deux jours, mais je vais lui dire de te rappeler à son retour. D'accord ?
- OK. Merci.

Je me sens tout à l'envers en déposant le téléphone. C'est comme si une sorte de boule s'était coincée au travers de ma gorge. Je ne sais pas trop ce qui m'arrive. Puis, c'est plus fort que moi, j'éclate en sanglots.

C'est tellement décevant qu'Alex ne soit pas disponible. Je l'envie beaucoup de s'amuser avec son père en ce moment, le chanceux. Moi aussi j'aimerais passer du temps avec mon père, mais je n'en ai plus. Je me sens tellement seul. Il fait froid dans mon cœur.

Au même instant, Caramel saute sur mes genoux. Il me donne un coup de tête sur l'oreille. Ses moustaches me chatouillent.

- Caramel! Tu veux me consoler, c'est ça?

Brrrrrrrrrrrr... il ronronne fort. Mon chat retourne ensuite au sol. Il fait le taquin en tapotant le lacet de mon soulier avec sa patte. On dirait qu'il veut jouer. Je défais la boucle pour l'amuser. Il devient tout énervé et il se met à sauter sur le cordon comme si c'était une souris. Ça me fait sourire.

Il repart ensuite aussi subitement qu'il est apparu. Me voilà à nouveau seul.

Une heure plus tard, ma mère rentre du travail. Comme d'habitude, elle enlève son uniforme avant de repasser par ma chambre. J'ai pas tellement envie de lui parler. Je suis occupé là, je me suis enfin trouvé quelque chose à faire. Rien d'exceptionnel, je colle les autocollants sur la maquette d'avion que j'avais assemblée avec mon père l'automne passé.

- Salut mon grand! Ça va?
- Oui.
- As-tu passé une bonne journée?
- Humhum... Maman, est-ce que je peux aller à vélo près de l'aéroport après le souper?
- Tu veux aller près du hangar où travaillait ton père? C'est beaucoup trop loin, non!

Tout à coup, je me sens vraiment en colère.

- TU VEUX JAMAIS RIEN! Tu me dis d'aller dehors et quand je veux y aller tu me dis non!
- Sam! C'est dangereux d'aller là-bas en vélo. On ira ensemble une autre fois si tu veux, mais pas ce soir.
- Ahhhh! SORS DE MA CHAMBRE!

Je suis furieux. On dirait qu'un épais nuage gris avec des éclairs se trouve au-dessus de ma tête. Je voudrais m'en débarrasser... mais je sais pas comment faire. Les nuages ne partent pas.

J'ai finalement passé la soirée au sous-sol devant l'ordinateur. En fait, j'avais pas envie d'être avec Laurence et ma mère. En remontant l'escalier tout à l'heure, j'ai dit *bonne nuit* à ma mère avant d'aller me mettre au lit.

Je viens de me glisser sous les couvertures. Ça cogne à ma porte de chambre. C'est ma mère, elle veut discuter.

En s'assoissant sur le lit, elle tire le drap pour me recouvrir les épaules. Puis, elle me dit d'une voix douce :

- Je m'inquiète pour toi Sam. Je te trouve tellement irritable ces temps-ci. Quand je me rapproche de toi, t'explores. Est-ce que ça va?

Je ne sais pas trop quoi lui répondre... Est-ce qu'elle va me chicaner? Je préfère rien dire...

- Il s'est passé tellement de choses dans notre famille cette année... Le divorce, le décès de ton père...
- Je m'ennuie de Papa... Est-ce que tu l'aimais encore?
- Eeeeeeh... Tu sais... Ton père a été un homme très important pour moi... et il le sera toujours, mais c'était devenu très tendu entre nous deux dans les derniers temps. On faisait attention pour pas se chicaner devant vous, mais des fois ça arrivait quand même... Tu t'en souviens hein?
- Humhum... mais lui je pense qu'il t'aimait encore.

- On s'est séparés parce qu'il y avait trop de tensions entre nous. On arrivait plus à vivre ensemble. Nous étions malheureux... Je voulais que l'on retrouve notre calme.

Une chaude larme glisse sur ma joue. Ma mère ne la voit pas parce que nous sommes dans la noirceur. Elle me caresse les cheveux, comme quand j'étais petit, ça fait du bien.

- Maman... Des fois j'ai peur de rester triste pour toujours. J'aimerais que tout redevienne comme avant et ne plus avoir de peine.
- Ah mon grand... il y a eu plein de changement cette année. C'est pas facile ce qu'on vit, hein... C'est comme si une tempête nous secouait. Toute la famille vit un deuil, mais on sera pas toujours triste comme ça, crois-moi.
- Hum.
- C'est tellement triste que ton père soit décédé, mais tu sais, la peine ne reste pas toujours là. Elle part et elle revient comme une vague dans la mer. Je sais que dans ton cœur, il y a une grande blessure. Elle est encore très fragile et douloureuse hein... mais tranquillement elle va cicatriser. Avec le temps, les vagues de peine vont être moins grosses, et ça te fera moins mal. Ça je le sais mon grand.

Pendant quelques instants, on ne dit plus rien. Elle me caresse à nouveau les cheveux. C'est bon de sentir ma mère tout près.

Puis, en déposant tendrement sa main contre mon bras, elle me dit tout bas :

- J'aimerais tellement savoir ce qui pourrait te faire du bien pour t'aider à passer à travers ça.

On dirait encore qu'une boule se trouve au travers de ma gorge. J'aimerais parler, mais c'est tout serré, pas un son ne sort. Côte à côte, nous écoutons le silence. Puis, je ne sais pas comment, mais je parviens à lui dire :

- Maman... Je... je m'ennuie. J'ai rien à faire à la maison.
- Ah oui? Hum... C'est vrai qu'en ce moment tes journées sont pas mal moins remplies que pendant l'année scolaire... Laurence a son camp d'été... Toi, qu'est-ce que tu aimerais faire? Est-ce qu'il y a un défi que tu aimerais relever?

Un défi? Une activité? Je sais pas... En regardant autour de moi, dans la pénombre, j'aperçois le manche de la guitare de mon père.

- J'aimerais apprendre à jouer de la guitare.

En sortant de ma chambre, ma mère se retourne en souriant. Elle se mettra à la recherche d'un professeur de guitare dès demain.

- Bonne nuit Sam.

\* \* \* \* \*

## Chapitre 10

### 1<sup>er</sup> août, Un coffre aux trésors

Après avoir passé quelques coups de téléphone, ma mère a trouvé un professeur de guitare. Le premier cours a eu lieu cette semaine et je m'imagine déjà en train d'impressionner Jade en jouant une mélodie à l'école. Je suis certains qu'elle s'intéresserait à moi si elle savait que je joue de la musique. Ma tante Stéphanie m'a dit, l'autre jours, que les filles aiment les gars qui jouent de la musique.

J'étais super fier d'amener la guitare de mon père avec moi au cours. En nous rendant à l'école de musique, j'ai discuté de toutes sortes de choses avec ma mère dans la voiture.

- Cette année, à l'école secondaire, je me demande si je vais pouvoir jouer de la guitare au cours de musique?!
- Ah! Le secondaire! Je me rappelle... Au début de l'année je trouvais ça mélangeant d'avoir à changer de local d'un cours à l'autre... mais tu vas voir, on s'habitue vite!
- Moi j'ai peur de pas être capable de débarrer mon cadenas... j'ai peur d'arriver en retard à mes cours...
- Ah oui? Eh bien, on pratiquera à la maison pour que tu connaites la combinaison du cadenas par cœur. O.K.?

J'ai fait oui de la tête.

- Tu sais, entre chaque période de cours, il y a une période de temps qui est prévue pour que les élèves aillent chercher leurs livres à leur casier et qu'ils se rendent ensuite en classe. Habituellement c'est suffisant. Mais, si tu ne trouves pas un local, tu peux demander à un élève ou à un professeur de t'aider.

- Hum.
- Tu vas rencontrer plein de nouvelles personnes... Si on te demande comment ça se fait que tu n'as pas de père... Qu'est-ce que tu pourrais dire?
- Eeeeeeh... je sais pas... à l'école primaire tout le monde le savais déjà... j'ai pas eu à l'expliquer...
- Ben, est-ce que tu crois que tu pourrais leur dire qu'il est mort?
- Humhum...
- Si on veut savoir comment... Eh bien... demande-toi d'abord si tu as envie que la personne le sache. Si ça ne te tente pas, tu peux simplement dire que c'est personnel ou que tu n'as pas envie d'en parler. Et puis, si c'est quelqu'un avec qui tu te sens à l'aise, tu peux lui expliquer que ton père s'est suicidé, mais tu sais... c'est possible que tes amis aient de la difficulté à comprendre, ou qu'ils soient mal à l'aise... c'est un peu normal... mais à moi tu peux m'en parler, O.K.?
- Oui.

Une fois arrivé à l'école de musique, nous nous sommes dirigés vers le local de pratique. Jérôme, le professeur, nous y attendait. Après s'être brièvement présentée, ma mère est repartie. J'ai été un peu impressionné en entrant dans la salle. Trois guitares étaient accrochées au mur. Il y avait aussi plusieurs affiches de musiciens célèbres, dont Jimmy Hendrix, un guitariste que mon père adorait.

Je me suis assis avec Jérôme à côté d'un lutrin. Une partition se trouvait dessus. Ma guitare a semblé l'intéresser, il l'a regardé attentivement.

- C'est une très belle guitare ça, Samuel.
- Merci! C'était la guitare de mon père! Mais maintenant c'est la mienne.
- Laisse-moi voir si elle est bien accordée...

Jérôme a placé la courroie de la guitare autour de lui, avant de se mettre à frotter les cordes une après l'autre. Il semblait vraiment savoir ce qu'il faisait.

- Quand mon père est mort, j'ai hérité de sa guitare.
- Humm... C'est dur de perdre son père, hein? Moi aussi j'ai perdu le mien il n'y a pas si longtemps.

Jérôme est vraiment *cool*. Ça ne le dérange pas que je lui parle de mon père. Il m'a même demandé quelle était sa musique préférée. C'est un bon professeur. Il m'a appris tout plein de choses : comment m'asseoir correctement pour jouer, comment tenir ma guitare, comment placer mes doigts pour pincer les cordes et les frotter avec le pic. Un pic, c'est comme un genre de pastille de plastique qui a la forme d'une goutte d'eau. Les musiciens utilisent ça pour frotter les cordes situées près du trou de la guitare. On a aussi pratiqué quelques accords. Les accords sont en fait des sons que l'on fait avec plusieurs cordes. À chaque fois que l'on fait un accord, on positionne les doigts d'une main sur les cordes du manche de la guitare puis on les frotte de l'autre main au bas de l'instrument. C'est pas facile! J'ai vraiment de la misère à placer mes doigts aux bons endroits... je fais souvent des erreurs.

Jérôme m'a donné des exercices à pratiquer chez moi pendant la semaine. Le cours a passé vite comme une fusée! Pas même parti que j'avais déjà hâte de revenir! Mon deuxième cours sera mercredi prochain.

Ça fait presque deux jours que je pratique les exercices de Jérôme. J'AI HYPER MAL AUX DOIGTS. Plus je frotte les cordes, plus ça chauffe... Comment il faisait mon père pour jouer de la guitare aussi longtemps? J'y arriverai jamais moi! C'est quand même pas sorcier de jouer des accords... Tous les musiciens savent faire ça... Jérôme était super bon, moi j'ai l'air d'un robot rouillé. C'est vraiment difficile!

Allez! Encore un dernier coup... Cette fois-ci, c'est la bonne... ça va marcher! Je m'efforce de pincer les cordes exactement comme me l'a montré Jérôme, mais ça sonne faux. Un vrai désastre!

- AH!.. J'SUIS VRAIMENT POCHE! UN VRAI BON À RIEN!

C'est énervant! J'abandonne! En me dirigeant vers ma chambre, je lance le pic sur le mur. La guitare se renverse par terre. Tant pis!

D'un pas lourd, j'entre, et claque la porte avant de m'élaner sur le lit. Je me sens tellement en colère! À la manière d'un boxeur, j'empoigne mon oreiller, et de toutes mes forces, je le frappe comme s'il s'agissait d'un sac de sable. PAM! PAM! PAM!

La porte s'ouvre lentement, c'est ma mère... Bon, elle va encore me crier après... J'ai pas besoin de ça.

Elle s'assoit calmement à côté de moi. Nous sommes épaule contre épaule.

- T'as l'air découragé mon grand... C'est difficile la guitare, hein?!
- Je suis vraiment poche! J'y arriverai jamais. Je veux plus aller aux cours de Jérôme. Ça sert à rien!

- Samuel... c'est très difficile d'apprendre à jouer de la guitare. Ça se fait pas en une semaine, tu sais! Ton père avait mis plusieurs mois avant de réussir à jouer un morceau au complet.
- Ah oui?!

Ma mère sourit.

- Quand il a commencé à en jouer, t'étais pas encore né... Il se pratiquait le soir en rentrant du travail avec sa bière sur le balcon de notre appartement. Imagine-toi donc que des fois, les voisins se plaignaient qu'il jouait mal!

Elle me fait un clin d'œil. Nous pouffons de rire.

- Mais tu sais, avec beaucoup de pratique et d'efforts, il est devenu un excellent guitariste. Il te jouait même des ballades quand j'étais enceinte de toi.

J'aime ça quand ma mère m'apprend des choses sur mon père. C'est comme si ça me permettait de continuer à le découvrir. Ces moments-là me donnent l'impression d'ouvrir un coffre aux trésors, c'est précieux!

- Je te trouve très dur envers toi-même Sam. Donne-toi une chance. Laisse-toi le temps d'apprendre! OK?

Je lui fais signe que oui de la tête.

- Maman... quand vous vous êtes séparés toi et Papa... Des fois je voulais pas aller chez lui... je préférais rester avec toi.... Tu sais... je l'écoutais pas toujours quand il me disait de ramasser mes choses ou d'éteindre la télé... parfois ça le mettait en colère... j'aurais voulu être plus gentil avec lui.

- Ouais... mais Samuel... tu es un enfant, et les enfants parfaits ça n'existe pas. Ton père t'aimait comme tu étais. Même quand il était de mauvaise humeur, crois-moi, il t'aimait fort. Toi et ta sœur, vous êtes la plus belle chose qu'il lui soit arrivée. Ton père t'aimait plus que tout au monde, n'en doute jamais, Sam.

Une chaleur réconfortante enveloppe mon cœur. C'est bon.

- Ah... tu sais... moi aussi j'ai toutes sortes de questions qui tourbillonnent dans ma tête. Parfois, je me dis : *si j'avais fait ceci ou si j'avais fait cela, est-ce qu'il serait encore vivant?* Il paraît que c'est normal de se poser toutes ces questions-là quand quelqu'un que l'on aime s'est suicidé.

Soudain, la porte grince. Une masse touffue et orangée apparaît à l'intérieur du cadrage de porte. Caramel pointe le bout de son nez en notre direction avant de sauter nous rejoindre sur le lit.

- Ton père avait des problèmes d'adulte. Il n'allait pas bien depuis quelques temps. Il était dépressif. Même si ça ne paraissait pas toujours, il souffrait beaucoup. Comment t'expliquer ça?

En décroisant sa jambe, elle prend une grande respiration avant de poursuivre.

- Il y avait plein d'émotions douloureuses dans son cœur... et ton père ne savait pas quoi faire avec. Il ne savait pas quoi faire pour aller mieux. Il s'est enlevé la vie pour arrêter d'avoir mal... Ce qui est triste c'est qu'il en existait des solutions pour régler ses problèmes et aller mieux, mais ton père ne les a pas vues.
- J'aurais tellement voulu aider Papa à aller mieux...

- Mais Samuel, tu ne pouvais pas, et tu n'avais pas à lui venir en aide... Malheureusement, ton père n'a pas demandé d'aide. Et puis, s'il l'avait fait, ce sont seulement des adultes qui auraient pu l'aider.

Mon chat se roule sur le dos. On lui flatte sa tignasse dorée. Il se balance un peu vers la droite, puis un peu vers la gauche, on dirait qu'il est aux anges!

Ça m'a fait du bien de parler à ma mère, je me sens mieux.

Maman... Parfois, j'ai peur de te faire de la peine en te posant des questions au sujet de Papa, mais j'aime ça quand tu me parles de lui.

- Mon grand... Tu peux me poser toutes les questions que tu veux sur ton père. Par contre, si c'est trop difficile pour moi d'y répondre, je préfère te dire que j'aimerais mieux en reparler à un autre moment. Comme ça on peut reprendre notre discussion quand je me sens plus à l'aise. Qu'est-ce que t'en penses?
- O.K.
- Tu sais... J'ai été très occupée au cours des derniers mois. J'ai pas toujours été disponible pour toi... J'aimerais qu'on passe un peu plus de temps ensemble, juste toi et moi.
- Oui, c'est une bonne idée.

À partir de ce moment-là, à chaque semaine, ma mère et moi nous sommes accordés un moment spécial. À l'occasion, nous sommes allés regarder les avions à l'aéroport près du hangar. De temps à autre, nous allions manger une crème glacée ou une frite au restaurant, et quelque fois, nous sommes allés au columbarium voir l'urne de mon père. Ce que j'aime le plus, c'est aller regarder les guitares et les partitions au magasin de musique. Quoi qu'il en soit, j'apprécie beaucoup ces petits

moments en compagnie de ma mère. Parfois, j'en profite pour lui parler de mes inquiétudes ou lui demander conseil.

\* \* \* \* \*

**PARTIE II - L'ÉCOLE SECONDAIRE**

## Chapitre 11

### 6 septembre, Le groupe 102

C'est la cohue dans les couloirs. Pour se frayer un chemin, il faut se faufiler au travers d'une marée d'élèves. On se croirait en Chine, tellement il y a du monde! Certains sont habillés bizarrement. Tout à l'heure j'ai croisé une fille qui portait des vêtements déchirés. Le garçon avec qui elle était assise avait des mèches bleues et un anneau sur la lèvre.

C'est tellement différent, l'école secondaire. Je ne fais plus partie des plus grands à présent. Il y a des matières qui sont nouvelles, comme sciences et technologies. Je partage mon casier avec Alex. La première journée de la rentrée a été un peu stressante, mais le grand frère d'Alex nous a aidés à repérer notre local. En général, je me débrouille plutôt bien, mais les notions commencent à se corser en mathématiques. Par contre, je suis le meilleur de ma classe de musique! Madame Lajoie, l'enseignante, m'a permis de choisir la guitare comme instrument. On dirait que j'ai une longueur d'avance sur les autres élèves. C'est peut-être parce que j'ai commencé à en jouer cet été. La musique, c'est ma matière préférée, j'aimerais ça en avoir à tous les jours!

Je passe habituellement le dîner avec Thomas et Alex comme quand j'étais à l'école primaire. Par contre, on est plus nombreux, parce que mes nouveaux amis, Maxime et Hugo, font maintenant partie de notre gang. Eux aussi ils aiment le hockey, le soccer, les jeux d'ordinateur et les émissions de science-fiction. En plus, Maxime aime la musique autant que moi. Il suit des cours privés de clarinette. On est tous les cinq dans le groupe 102. J'étais un peu déçu quand j'ai su que Jade n'était pas dans ma classe cette année... elle est dans le groupe 104. C'est bizarre, à chaque fois que je la croise dans le couloir, je suis super content, mais en même temps hyper stressé... Je ne sais pas quoi lui dire et j'ai toujours peur de faire une gaffe, alors dès que je la vois, je regarde par terre.

Au début de l'année, je me sentais vraiment différent des autres élèves. J'avais peur que toute l'école apprenne que mon père s'est suicidé. Certains élèves m'ont demandé comment ça se fait que je n'ai plus de père. Ils voulaient savoir comment il est mort. Après avoir pris le temps de connaître Maxime et Hugo, j'é leur ai expliqué que mon père s'est enlevé la vie. Je n'avais pas envie de leur cacher ça. C'était un secret trop lourd à porter. Je trouvais que c'était important qu'ils le sachent. Ça m'a enlevé un poids sur les épaules de leur dire... Je crois que je peux leur faire confiance, parce que je sais qu'ils n'iront pas en parler à des personnes que je ne connais pas. Et puis, si d'autres élèves me posent des questions sur le décès de mon père, je leur dirai tout simplement qu'il est mort, que c'est personnel ou que je n'ai pas envie d'en parler.

Habituellement, j'ai plusieurs devoirs à faire au retour de l'école. Parfois, le temps me manque pour pratiquer les exercices de guitare de Jérôme. Malgré tout, je réussis toujours à me trouver un petit moment pour gratter ma guitare. En tout cas, je me suis beaucoup amélioré depuis cet été. Je parviens à enchaîner certains accords plus rapidement, mais j'ai encore très mal aux mains. Jérôme m'a dit que c'était normal. Il paraît que tous les guitaristes ont mal au bout des doigts lorsqu'ils apprennent à jouer de la guitare. Je savais pas ça!

Ce soir, je garde Laurence. Ma mère est au cinéma avec un ami. En rentrant du travail, elle a enfilé une nouvelle robe et elle a mis des talons hauts. Elle s'est maquillée aussi. Ça faisait longtemps que je l'avais vue se mettre belle comme ça. Alors, je lui ai demandé :

- Maman est-ce que t'as un chum?

Elle est venue me retrouver sur le canapé tout en mettant sa boucle d'oreilles.

- Eh... Eh bien... comme je te l'ai dit l'autre jour, des fois je fais des sorties avec un ami... Ça me change les idées... Ça me fait du bien! Pour l'instant c'est un compagnon. O.K.?

Elle a replacé sa robe sur ses genoux.

- Je suis surprise que tu me demandes ça, mais c'est normal que tu te poses la question. La vie continue... Un jour je vais surement avoir un amoureux. J'imagine que ça pourrait être difficile pour toi de me voir avec un autre homme que ton père... On s'en parlera. Mais pour l'instant, je ne suis pas rendu là. Une étape à la fois!... O.K. ?
- Hum hum.

Ma mère nous a serrés dans ses bras avant de sortir rejoindre son ami pour aller au cinéma. La soirée se passe plutôt bien. Laurence a regardé quelques vidéos sur l'ordinateur et ensuite, elle a sorti tous les albums de photos de famille. Elle a insisté pour apporter une photo de Papa avec elle dans son lit. Je l'ai laissé faire et elle s'est couchée à l'heure convenue. J'étais content qu'elle ne fasse pas de crise!

La maison est très silencieuse, mais j'ai pas peur. Depuis que j'ai expliqué à ma mère pourquoi j'aime pas qu'elle quitte la maison, on a convenu qu'elle me téléphone pour m'aviser si elle a un imprévu, ou si elle croit qu'elle va arriver en retard. Et puis, je sais que je peux la rejoindre sur son cellulaire s'il y a quoi que ce soit. Tiens, je crois que je vais en profiter pour aller jouer un peu à l'ordi avant son retour.

\* \* \* \* \*

## Chapitre 12

### 28 octobre, Un bateau dans la tempête

Hier soir, on a décoré la citrouille d'Halloween. C'est moi qui ai coupé le dessus avec la tige pour retirer les graines qui sont à l'intérieur. J'ai eu de la misère... Il faut être vraiment fort pour couper une citrouille! Rien à voir avec les pommes! Avant c'était mon père qui s'en occupait. Au début j'y arrivais pas, je plantais toujours le couteau de travers. Il m'a fallu beaucoup plus de temps qu'en prenait mon père... mais j'y suis parvenu. Laurence était excitée, elle avait des tonnes d'idées pour la décoration. Finalement, la citrouille s'est transformée en sorcière! On lui a creusé des dents cariées et collé des oreilles avec un nez pointu. Lolo a ensuite placé un chapeau sur le dessus, et moi j'ai demandé à ma mère de tracer des verrues. On s'est bien amusé!

Quand mes parents étaient ensemble, avant leur divorce, on avait l'habitude de placer plusieurs citrouilles sur le balcon. Elles étaient toutes très différentes les unes des autres. Cette année, il y a une seule citrouille à côté de la porte. Ça fait bien longtemps que mes parents se sont séparés... Parfois, j'ai l'impression que ça fait une éternité que j'ai vu mon père pour la dernière fois.

Il m'arrive souvent d'avoir envie de lui parler. Je lui dirais : *Papa pourquoi t'es plus là? Si t'étais là, peut-être que toi et Maman vous seriez à nouveau ensemble. Comment ça se fait que tu n'aies pas pensé que ton suicide nous ferait aussi mal? Tu m'as laissé tomber, Papa. Des fois, je suis fâché contre toi parce que t'es plus là et parce que tu t'es tué.* Dans ces moments-là, c'est la tempête dans mon cœur. Une tempête avec du tonnerre et des éclairs. Je me sens comme si j'étais seul sur un bateau au milieu de la mer. Les vagues sont énormes et violentes. *Papa, parfois je me demande si tu m'aimais vraiment. Est-ce que je comptais pour toi?* Ça fait tellement mal à l'intérieur de moi quand je me pose ses questions là.

Je déteste les tempêtes. Il m'arrive de prendre mon oreiller et de crier dedans de toutes mes forces.

Je me sentais tout à l'envers hier soir. J'ai pleuré. Puis, j'ai hurlé «JE SUIS TANNÉÉÉ!»

Ça faisait longtemps que j'avais pleuré comme ça. Je suis tanné d'être triste. Parfois, j'ai peur de ne plus jamais être normal. Depuis que l'école est recommencée, les choses allaient bien. Alors, j'avais l'impression que le soleil était enfin revenu pour de bon dans mon cœur. Je croyais que j'avais enfin réussi à tourner la page par rapport au décès de mon père, mais là, je me suis retrouvé à nouveau dans une tempête. J'aimerais vraiment ça pouvoir revenir en arrière, et que tout redevienne comme avant.

J'étais couché dans mon lit, exténué de fatigue, comme si j'avais ramé des kilomètres et des kilomètres. Sans m'en rendre compte, je me suis endormi profondément.

On dirait que Caramel s'est glissé dans ma chambre pendant la nuit. C'est son ronronnement qui m'a réveillé ce matin. Quand j'ai ouvert les yeux, il se trouvait juste à côté de mon oreiller.

Ça va mieux aujourd'hui. J'ai même pas repensé à Papa pendant que j'étais à l'école. La journée s'est bien passée et, en plus, je crois que Jade m'a fait un sourire en sortant de l'école... mais là, je ne suis plus trop certain si c'était moi ou Alex qu'elle regardait... en tout cas!

Je suis bien heureux d'être au cours de guitare. Jérôme est allé me chercher un pic, car j'ai oublié le mien à la maison. Lui aussi son père est décédé. Je me demande s'il lui arrive d'y repenser.

- Jérôme... l'autre jour tu m'as dit que toi aussi ton père est mort. Qu'est-ce qui lui est arrivé?

- Mon père commençait à se faire vieux... sa santé n'était pas très bonne. Il est tombé très malade... Ça fait déjà quatre ans qu'il est décédé.
- Est-ce que tu y penses encore?
- Bien sûr que oui! Parfois quelque chose me fait penser à lui. Je me sens alors joyeux... c'est comme si je profitais de l'occasion pour lui dire bonjour dans ma tête. À d'autres moments, c'est plus difficile, parce qu'il il me manque... je m'ennuie de sa présence et de ses conseils.
- Est-ce qu'il t'arrive encore de pleurer quand tu penses à lui?
- Ça m'arrive... Oui, des fois.
- Même après quatre ans ?!
- Ben oui... Mais tu sais Samuel, ça l'arrive moins souvent qu'avant, et puis, je retombe plus vite sur mes pattes maintenant.

Jérôme fouille dans son étui à guitare. Il est toujours à la recherche d'un pic...

- Qu'est-ce que tu veux dire?
- Ben c'est que maintenant, lorsque je me sens triste, je laisse ma tristesse sortir au fur et à mesure de différentes façons. C'est pas toujours en pleurant, tu sais. Souvent c'est en jouant de la musique. Et puis ça dure moins longtemps qu'avant. Au début j'avais l'impression d'avoir toujours un épais nuage gris au-dessus de ma tête. Puis, il y a eu des périodes avec des percées de soleil, et enfin, de plus en plus de soleil. De temps en temps les nuages reviennent, mais le soleil ne tarde pas à réapparaître, tu sais!

Je ne savais pas que l'on pouvait être encore triste après plusieurs années après la mort de quelqu'un! Moi aussi j'ai remarqué que mes tempêtes durent moins longtemps qu'avant quand je pense à mon père.

- Ah! Le voilà, mon pic! Tiens Samuel, prends celui-là.

Nous avons terminé le cours en jouant un morceau de musique ensemble. J'ai fait aucune erreur! Ma mère avait l'air impressionnée. En entrant dans le local elle s'est exclamée :

- Wow! Beau duo! Tu t'es tellement amélioré Samuel. Ton père serait fier de toi!

\* \* \* \* \*

## Chapitre 13

### 12 décembre, Tic-tac-toc

Ça fait maintenant exactement un an que mon père est mort. Pour l'*anniversaire de son décès*, ma tante Stéphanie nous a invités à un restaurant italien. Au début, je comprenais pas trop pourquoi il fallait *fêter ça*. Moi j'avais pas envie de *fêter*. Il me manque, mon père. Ma mère m'a expliqué que c'est une façon de se rappeler combien il était important, combien on l'aimait. C'est vrai qu'il était important papa!

Ici, c'était son restaurant préféré. On est venu souvent dans le passé, mais pas depuis qu'il est mort.

Toute la famille s'est réunie. Quatre tables ont été collées pour asseoir tout le monde. Je suis content d'être placé sur la banquette. Tandis que la serveuse prend les commandes, on échange des nouvelles. Ma mère discute avec le monsieur qui se trouve à l'autre bout de la table. Je me demande qui c'est... En se retournant vers moi, elle me le présente.

- Samuel tu te souviens, je t'avais présenté Cédric au salon funéraire?

J'hésite quelques secondes... Ah oui! Ça me revient! Cédric travaillait avec mon père. Ils réparaient des avions ensemble à l'aéroport.

- Salut Cédric!
- Ça me fait plaisir de te revoir Samuel. Tu ressembles tellement à ton père! Vous avez le même sourire!

C'est bizarre ça... Tous les matins, en me brossant les dents, je vois mon reflet dans le miroir... et pourtant, j'avais encore jamais remarqué la similitude. C'est pourtant vrai, ma bouche ressemble à celle de mon père. Ça me fait chaud au cœur que Papa fasse partie de moi.

Une fois les breuvages servis, nous levons tous notre verre en l'air en pensant très fort à mon père. Du coin de l'œil, j'aperçois Grand-maman s'essuyer la joue avec un mouchoir. Au même instant la serveuse s'approche avec une corbeille de pain. J'en profite pour me servir un morceau de baguette. Ma tante Stéphanie pose sa main sur l'épaule de Grand-maman. Elle essaie de la consoler je crois.

Le spaghetti bolognais est vraiment délicieux. Par contre, Laurence s'est mis de la sauce tomate un peu partout sur le chandail. Franchement! Elle aurait pu faire attention! Ça me fait penser à l'autre jour, quand j'étais dans la cafétéria. J'ai presque renversé mon cabaret en passant à côté de la table où Jade mange avec sa gang. J'ai presque fait un fou de moi... mais c'est pas arrivé, une chance!

Rendus au dessert, à tour de rôle, chacun raconte une anecdote au sujet de mon père. Grand-maman et Grand-papa nous parlent de lui lorsqu'il était petit. Ma mère nous raconte la fois où il avait oublié ses clés dans la voiture. Stéphanie décrit comment il leur avait fait peur en camping en leur jouant un tour. Quant à elle, Lolo en profite pour nous faire savoir combien elle aimerait refaire les fameux biscuits en forme de sapin qu'il avait l'habitude de préparer avec elle. Moi, je me fais un plaisir de leur rappeler combien il était bon dans les sports. Mon père était vraiment doué pour les jeux vidéo, le basket, la guitare et le hockey.

- ... une fois, à l'aréna, il a marqué trois buts dans un même match! C'était le meilleur!

Cédric m'écoute attentivement, son visage s'illumine de joie. Il prend ensuite la parole.

- C'était quelqu'un de bien ton père... Je l'appréciais beaucoup, même s'il était souvent impatient!

Grand-maman fait signe que oui de la tête. Nous partons tous à rire...

- Parfois il s'emportait vite. Il lui est déjà arrivé de lancer ses outils sur l'établi quand les réparations n'avançaient pas à son goût! Dans ce temps-là, je lui disais d'aller se calmer un peu. Ça ne durait jamais longtemps, heureusement!

C'est vrai qu'il n'était pas très patient mon père. Je trouve qu'il me chicanait un peu trop vite des fois. Et puis, il était pas très ponctuel aussi. Avec ma mère, on est toujours à l'heure.

Ma sœur et moi on joue au tic-tac-toe, sur un napperon, tandis que les autres sont à la caisse avec la serveuse. Évidemment, comme à chaque fois, c'est moi qui gagne... Trop facile! Après avoir enfilé nos manteaux, on se retrouve tous à la sortie du resto. Grand-maman me fait la bise. Pendant qu'elle fait un câlin à Laurence, Cédric s'approche pour me dire bye.

- Ton père me parlait souvent de toi Samuel. Il t'aimait beaucoup, tu sais. C'est vraiment dommage ce qui lui est arrivé. Moi-même je l'ai pas vu venir. Je pensais pas qu'il allait aussi mal que ça. Passe me voir quand tu veux au hangar de l'aéroport. Tu es le bienvenu! Je te ferai visiter un des avions de l'atelier.

Finalement, c'était bien *l'anniversaire* du décès de Papa. J'ai appris beaucoup de choses sur lui. J'espère qu'on le fêtera aussi l'année prochaine.

\* \* \* \*

## Chapitre 14

### 26 décembre, Enfin un beau Noël

De gros flocons tombent gracieusement du ciel. Un épais tapis de neige couvre le sol. La charrue vient tout juste de passer dans ma rue. Il faut que j'aille aider ma mère à pelleter l'entrée.

- Tu viens me donner un coup de main Sam?
- Oui, oui... j'arrive dans deux minutes.

En mettant mes mitaines, je repense au beau Noël qu'on a eu hier.

Ma tante Stéphanie nous a reçus chez elle cette année. Sa maison était bien décorée. Un bas en feutre rouge nous attendait sur la cheminée. J'étais excité! En entrant au salon, j'ai tout de suite remarqué la grande boîte sous l'arbre de Noël. Elle était POUR MOI! J'avais tellement hâte de l'ouvrir! Le papier était vert avec des bonhommes de neige dessus. Il m'a fallu un peu de temps avant de réussir à enlever tous le papier, parce que l'emballage était très bien collé. Ma mère et Stéphanie m'encourageaient: *C'est ça... Tu vas l'avoir Samuel!* J'étais hyper content de découvrir ce qui se trouvait à l'intérieur.

- COOOOL!!!! Un nouvel étui à guitare!!!
- Regarde Samuel, il y a des bretelles à l'arrière. Tu peux le porter comme un sac à dos.
- Ça va être pratique!

J'étais vraiment super content. Grand-maman essayait de m'aider à placer ma guitare dedans, mais j'aurais préféré le faire moi-même. Mamie s'est ensuite levée pour changer la musique et là, Laurence en a profité pour, encore une fois, poser une question stupide à ma mère.

- Maman, est-ce que tu vas mourir toi aussi?

FRANCHEMENT, C'EST NOËL! C'était pas du tout le temps de parler de ça! Elle M'ÉNERVE ma sœur!... mais en même temps, je me demandais ce que ma mère allait lui répondre... alors j'ai rien dit et j'ai continué à zipper mon étui à guitare. Elle a lâché un grand soupir, puis elle a dit:

- Tu sais Laurence, je fais tout ce que je peux pour être en santé. Je mange bien, je fais de l'exercice, je suis prudente et je demande de l'aide quand j'en ai besoin. Je te promets que je vais continuer à prendre soin de moi du mieux que je peux ma chouette. Il y aura toujours quelqu'un pour s'occuper de toi. T'en fais pas, O.K.?

Du fond de la cuisine, Stéphanie nous a crié :

- Qui veut de la bûche ?!

En moins de cinq secondes, Lolo et moi étions rendu dans la cuisine. J'ADORE la bûche de Noël. J'en mangerais à tous les jours! Il y avait dessus des sapins verts, une cabane en chocolat et un Père Noël avec son traîneau. Pendant qu'elle tranchait le dessert, ma mère nous a parlé du chalet d'un ami.

- Il y a beaucoup de sapins comme ceux-là au chalet de mon ami Sébastien. J'aimerais bien vous y amener un jour. C'est au bord d'un lac dans les Laurentides. On peut y faire plein d'activités. Ça vous plairait, j'en suis certaine!

On a vraiment eu un super beau Noël hier! Mon étui à guitare est génial. Je me demande ce qu'elle a reçu comme cadeau de Noël, Jade.

Bon... mes bottes et mes mitaines sont mises, je suis prêt à aller pelleter. Ma mère est déjà dehors, elle balaie la neige sur la voiture. En prenant la pelle, je m'aperçois que j'ai le sourire aux lèvres. Pas parce que j'aime

pellete... mais parce que ce Noël-là n'était pas du tout comme celui de l'année dernière. Ma mère n'a même pas pleuré hier! En fin de soirée, toute la famille ensemble, on a joué au nouveau jeu de société que Laurence a reçu en cadeau. On s'est bien amusés. C'est mon grand-père qui a gagné!

\* \* \* \* \*

## Chapitre 15

### 14 avril, Plouk...plouk...plouk...

Le robinet de la salle de bain coule sans arrêt depuis plus d'une semaine. J'ai beau le serrer de toutes mes forces, mais malgré tout, une goutte d'eau tombe constamment, le jour comme la nuit. C'est tellement énervant!

Plouk.....Plouk.....Plouk.....

Plouk.....Plouk.....Plouk.....

Plouk.....Plouk.....Plouk.....

J'en peux plus! Si ça continue, je vais devenir fou! Il faut le réparer! Ma mère aussi ne supporte plus d'entendre le robinet couler. Heureusement qu'elle a un ami bricoleur! Elle lui a demandé de venir faire quelques travaux dans la maison. Il s'appelle Sébastien. C'est avec lui qu'elle va au cinéma et au restaurant de temps en temps. Ma mère et Sébastien travaillent tous les deux dans le même immeuble. Elle nous a parlé de lui quelques fois.

Sébastien a déposé sa boîte à outils dans l'entrée. Il examine le robinet avec ma mère dans la salle de bain.

- C'est bien ce que je pensais, il faut remplacer l'anneau de caoutchouc qui se trouve à l'intérieur du robinet. C'est très simple à réparer, mais il me faudrait un anneau et j'en ai pas apporté...

Je suis certain que si mon père était là, il en aurait un anneau de caoutchouc, lui. Il avait toujours tout ce qu'il fallait pour effectuer des réparations mon père. Il faut dire qu'il était mécanicien... Son coffre à outils était bien plus gros que celui de Sébastien.

- Je pourrais passer acheter la pièce à la quincaillerie cet après-midi en allant reconduire Laurence à son cours de natation. Hum... Pourrais-tu revenir faire l'installation demain?

Ma mère et Sébastien se regardent d'un air complice. Je l'ai vue lui faire un clin d'œil tout à l'heure.

- Pas de problème! Et puis... tu ne m'avais pas dit qu'il y avait aussi une tablette à visser au mur?
- Ouiii! Dans le salon, je vais te montrer!

Avec gaieté, elle lui demande :

- Tu restes à diner avec nous ?
- Eeeee.... Oui... Pourquoi pas?!

Une fois les travaux effectués, Sébastien réapparaît dans la cuisine. Il s'assoit entre moi et Laurence. Les quatre chaises de la table sont occupées. Habituellement, il y a toujours une chaise vide... c'était celle de mon père. Depuis que mes parents se sont séparés, elle est toujours inoccupée. Au début, j'espérais revoir mon père à table avec nous autour d'un bon repas, mais ma mère m'a expliqué que ce ne serait plus possible puisqu'elle et lui ne reviendraient plus jamais ensemble. Maintenant, c'est encore plus impossible parce qu'il est mort...

Les cuillères claquent contre le bol à salade, ma mère mélange la vinaigrette. Évidemment, Laurence n'arrête pas de parler comme une pie. Elle raconte l'épisode *Fées et princesses des merveilles* qu'elle vient tout juste de regarder à la télé. Je m'en fou complètement... Ma mère et Sébastien la regardent d'un air intéressé. Je sais pas comment ils font pour l'écouter, moi j'en peux plus! Elle m'énerve.

Après avoir débarrassé la table, on dit au revoir à Sébastien. Il repart avec son coffre à outils.

- Bon! Dépêchez-vous, je ne veux pas arriver en retard à ton cours de natation Laurence.

Une fois sortis de la voiture, nous filons en vitesse en direction de la piscine. Ma mère amène Laurence au vestiaire et revient, quelques minutes plus tard, dans la voiture. Nous repartons ensuite en direction de la quincaillerie.

Arrivée dans le rayon de la plomberie, maman balaie intensivement les étalages du regard. Nous sommes à la recherche de la pièce dont lui a parlé Sébastien pour effectuer la réparation du robinet. Elle examine attentivement les différents emballages avant de finalement en choisir un.

- Ah! Je crois que c'est un anneau comme celui-ci qu'il nous faut! C'est exactement comme me l'a décrit Sébastien.

Une fois passés à la caisse, nous retournons à la voiture. J'aime bien faire les courses avec ma mère, surtout quand Laurence n'est pas là.

Nous reprenons ensuite la route vers le centre sportif.

On dirait que ma mère est de bonne humeur. Elle chante une chanson qui joue à la radio. Une chance qu'elle est hygiéniste dentaire, parce que la musique c'est vraiment pas son truc... Je la trouve un peu ridicule.

- Franchement maman!

Pendant les annonces, elle allonge le bras pour baisser le volume. On dirait qu'elle veut discuter?

- Samuel, tout à l'heure, c'était la première fois que tu rencontrais Sébastien... Ça t'a peut-être fait bizarre? Peut-être que ça t'a fait penser à ton père?

MALAISE! Qu'est-ce que je dois dire?

En fait, je ne sais pas trop si je l'aime son ami... Au secours! Je voudrais tellement être ailleurs en ce moment... Si je le pouvais, je claquerais des doigts et je m'envolerais dans une autre galaxie... comme dans l'émission Planète mauve.

- Hum.... T'as l'air songeur mon grand...

À l'arrêt-stop, elle active le clignotant pour signaler que nous tournons à gauche, mais la voiture reste immobile. En se retournant vers moi elle me dit :

- Sébastien, c'est quelqu'un de fiable sur qui je peux compter. C'est aussi un bon compagnon... je me sens bien avec lui. On se voit de plus en plus en plus souvent...

Elle baisse le regard et fixe la carquette qui se trouve à mes pieds.

- Mais tu sais... il ne remplacera jamais ton père.

Un camion bleu nous dépasse. Tout en l'écoutant, j'observe les écriteaux inscrits sur la porte arrière du véhicule.

- Tu le sais, ton père et moi on s'est séparés, parce qu'on ne pouvait plus être un couple. On ne pouvait plus vivre ensemble... mais ton père a été un homme important pour moi... et il le sera toujours. Je ne l'oublierai jamais, ça c'est certain.

Elle tourne le volant vers la gauche.

- J'imagine que c'est pas facile pour toi de me voir avec un autre homme que ton père... T'as le droit de me dire ce que ça te fait. Tu peux venir me voir si tu veux qu'on en parle ou si t'as des questions. O.K. Sam?
- Hum hum.

Une fois la voiture stationnée près de la piscine, nous entrons dans l'établissement. L'odeur de chlore me monte au nez. Il fait aussi chaud qu'en Floride, je déboutonne mon manteau.

Assis dans les gradins à côté des autres parents, j'aperçois le groupe de Laurence enligné à la queue leu leu à l'extérieur de l'eau. Le petit frère de Jade ramasse sa serviette, il est dans le même cours que Lolo, mais malheureusement, Jade ne vient jamais avec lui à la piscine. Une jeune fille avec une tresse et un maillot rayé rose et blanc se trouve sur le tremplin. C'est Laurence! Elle va faire un plongeon dans la partie profonde! Ma mère et moi l'encourageons.

- Allez Laurence!

Ses orteils sont agrippés au bout de la planche. Le dos penché, les mains collées au-dessus de la tête, ma petite sœur semble prête, mais elle hésite. On dirait qu'elle a peur. Ah! Ah! Laurence la poule mouillée!

Nous l'encourageons à nouveau.

- T'es capable Lolo! Vas-y!

Hop! Ça y est, elle saute! Pas si mal comme plongeon! Sa tête ressort de l'eau et comme un poisson, elle nage jusqu'au bord de la piscine. La monitrice la félicite. Une vraie championne!

\* \* \* \* \*

## Chapitre 16

### 12 juin, Toute l'école va me regarder...

Laurence ne semble pas dans son assiette depuis qu'elle est rentrée de l'école. Elle dit qu'elle a mal au ventre. Comme elle n'a pas touché à ses biscuits, je les mange à sa place. Au même instant, ma mère se tire une chaise et s'assoit avec nous.

- Ben qu'est-ce qui t'arrive ma chouette?

En pleurnichant, Laurence nous explique qu'il y a un projet spécial pour la fête des Pères à l'école.

- ... moi..... moi..... j'ai plus de Papa... Qu'est-ce que je vais faire?
- Oooh! Ma puce... je comprends pourquoi t'as eu une mauvaise journée... Ça l'a dû être très difficile pour toi...
- Oui.
- Eh bien, tu peux quand même faire une carte pour ton père. Papa va toujours être dans ton cœur même s'il n'est plus avec nous... Ne t'empêche pas de lui écrire un mot. Si tu veux, tu pourrais aussi faire ton bricolage pour Grand-papa. Je suis certaine que ça lui ferait extrêmement plaisir. Qu'est-ce que t'en penses ma chouette?!

Laurence cesse aussitôt de pleurer et elle nous fait un *oui* de la tête. On dirait que ma mère a eu de bonnes idées.

- Et toi Sam, quoi de neuf?

- Eeee... et bien... Madame Lajoie, du cours de musique 102, m'a mis au défi de faire un solo de guitare au spectacle de fin d'année dans l'auditorium de l'école.
- C'est super ça! Ah, Samuel, t'as tellement de talent.

Je sens que mes joues deviennent rouges. Ça me gêne quand quelqu'un me fait un compliment.

- Faire un solo, c'est excitant!... et c'est aussi stressant... hein?

En effet... Toute l'école va me regarder jouer, JADE AUSSI!... Il faut que je sois bon... qu'est-ce qu'elle va penser de moi sinon?!

- Oui... un peu. Il va falloir que je me pratique beaucoup...
- Eh bien... Laurence et moi on va t'écouter quand tu veux. Hein, Laurence?
- Ouiii!!!

La collation est terminée, c'est l'heure des devoirs... En me dirigeant vers ma chambre, j'entends ma mère crier du fond de la cuisine :

- Sam, je vais aller planter des fleurs avec Laurence. Pourrais-tu les arroser avec le boyau d'arrosage tout à l'heure quand tes devoirs seront terminés?
- O.K.

C'est vraiment bruyant dans ma chambre! Le voisin d'à côté fait trop de bruit avec sa tondeuse à gazon... je ne m'entends plus penser! En vidant mon sac à dos, je tombe sur la carte que j'ai créée au cours d'arts plastiques, une carte pour mon père. Moi aussi j'ai un projet à faire pour

la fête des Pères. Madame Beauregard, la prof d'arts, nous a demandé de faire un dessin au pastel et d'y inscrire un mot à l'intérieur. Je dois remettre le tout mardi prochain, mais j'ai déjà terminé. Il y a tellement de choses que j'aurais envie de dire à mon père s'il était là.

Quand j'étais petit, j'avais planté un érable avec lui dans le jardin. Lorsque Madame Beauregard m'aura remis la carte après l'avoir notée, je l'enterrerai dans la terre, au pied du tronc de l'arbre qu'on avait planté ensemble moi et mon père.

**Cher Papa,**

**J'espère que tu vas bien. J'ai presque terminé la première année de mon secondaire et j'ai des bonnes notes.**

**Si j'avais su que c'était la dernière fois que je te voyais, j'aurais été plus gentil. Je t'aurais dit que je t'aime même si tu le savais déjà. J'aurais voulu t'aider à aller mieux, mais Maman dit que ce sont des adultes mieux placés que moi qui auraient pu t'aider si tu avais demandé de l'aide. Pourquoi tu n'as pas demandé d'aide, Papa? Tu aurais pu trouver des solutions. Comment as-tu pu faire ça? Il aurait fallu que tu ne perdes pas courage. Parfois, je suis frustré que tu ne sois plus-là, mais en même temps je m'ennuie beaucoup de toi.**

**Je pense souvent à toi, Papa. Tu seras toujours dans ma tête et dans mon cœur. Des fois, je me demande si tu peux me voir et m'entendre.**

**Tu serais fier de moi, je suis rendu un bon guitariste. Je vais même faire un solo au spectacle de fin d'année!**

**Je t'aime Papa!**

**Samuel xx**

J'ai tellement de devoirs... On dirait qu'il y a une montagne de cahiers devant moi... C'est décourageant...

Par quoi commencer? Peut-être par les mathématiques, comme ça le plus difficile sera fait. Manuel page 257... cahier ouvert, crayon aiguisé... C'est parti, je me mets au travail.

Le temps file... J'ai tellement écrit, que j'en ai mal aux doigts! Heureusement, la pile de travaux diminue! En déposant le crayon, je réfléchis aux vacances qui approchent à grands pas. Ma mère m'a parlé d'un camp d'été pour les jeunes qui aiment la musique. Ça serait vraiment cool que j'y aille! Elle m'a aussi proposé d'aller au chalet de son ami Sébastien. Il paraît qu'on peut y faire du canot, mais je ne sais pas trop si j'ai envie d'y aller...

Le grondement de moteur de la tondeuse se tait. ENFIN!! Fini le bruit! Le voisin vient de terminer de tondre sa pelouse et moi j'ai presque fini mes devoirs. Il faut juste réviser un peu pour les examens de fin d'année et je pourrai ensuite aller rejoindre Laurence et ma mère dehors.

\* \* \* \* \*

## Chapitre 17

### 22 juin, Les nuages finissent toujours par s'en aller

J'ai fait mon dernier examen de l'année ce matin. Ça s'est plutôt bien passé. Ensuite, on a répété tout l'après-midi dans l'auditorium. Le spectacle de fin d'année a lieu ce soir.

Ma mère, Laurence, ma tante Stéphanie et mes grands-parents sont assis dans la troisième rangée. Ah oui, il y a aussi Sébastien l'ami de ma mère et Jérôme, mon professeur de guitare. Il me semble l'avoir aperçu au fond de la salle tout à l'heure.

La représentation est commencée depuis quarante minutes. Il y a des numéros de danse, de chant, d'improvisation et de musique. Ce sera bientôt à mon tour d'entrer en scène pour mon solo de guitare. J'attends derrière le rideau. Je me sens encore plus nerveux qu'avant un exposé oral...

Mes mains sont moites et on dirait qu'il y a tout plein de papillons dans mon ventre. C'est stressant... J'ai peur de me tromper... j'ai peur de jouer faux. *Papa, s.v.p. aide-moi!*

En fixant le rideau de scène, je repense à l'année qui vient de passer. Je me suis fait des nouveaux amis, j'ai appris à jouer de la guitare, mes notes sont meilleures et je m'en vais maintenant en deuxième secondaire. Jérôme avait raison, la peine que j'éprouve pour mon père n'est pas toujours là. Des fois, c'est la tempête en moi, je me sens tout à l'envers, comme si j'allais chavirer. Dans ce temps là, c'est vraiment décourageant... mais maintenant les tempêtes arrivent de moins en moins souvent. J'ai remarqué aussi qu'elles durent moins longtemps! On dirait aussi que la mer est beaucoup plus calme. Les vagues sont moins grandes et mon bateau fait son bout de chemin. Je me sens de plus en plus souvent *comme avant*. De temps en temps, les nuages gris et de la pluie reviennent dans mon cœur, mais je sais que le soleil est toujours là

en arrière. Les nuages finissent toujours par s'en aller. Quand je me sens triste, j'aime bien jouer de la guitare dans ma chambre, mais la plupart du temps, j'essaie de rester entouré. Je vais voir mes amis ou alors j'en parle à ma mère ou à Jérôme. Il ne faut pas rester seul quand on est dans une tempête. Il faut rester courageux et demander de l'aide.

Soudain, j'entends une voix derrière moi. C'EST JADE! Elle est vraiment belle dans son costume de danse. Sa gang de filles va faire un numéro tantôt. Elle vient de me toucher le bras en souriant.

- Salut Sam! Bonne chance!

WOW... JADE M'A PARLÉ! C'est le plus beau jour de ma vie!... Peut-être que j'ai des chances de sortir avec elle! Pendant quelques instants, je flotte dans les nuages... mais j'atterris bien vite, en entendant mon nom dans le haut-parleur.

- Et maintenant, veuillez accueillir Samuel à la guitare!

Ça y est! On vient de m'appeler au micro, c'est à mon tour! J'empoigne ma guitare et m'avance sur la scène. Mon cœur bat fort. Les projecteurs sont rivés sur moi. C'est stressant... Je passe prêt de perdre l'équilibre en m'assoiant sur le tabouret. Misère! J'espère que je ferai pas de gaffe... J'entame les premières notes. AH NOOON! MES DOIGTS NE M'OBÉISSENT PLUS! Je tremble. Les premières notes sont fausses. QU'EST-CE QUE LES GENS VONT PENSER DE MOI?... Je me sens dans le brouillard. C'est comme si une catastrophe s'en venait à toute vitesse, mais que je ne la voyais pas encore.

Une petite voix rassurante se fait entendre dans ma tête: *Sam, pas de panique! Ressaisis-toi. Tu la connais très bien cette pièce-là, tu l'as tellement pratiquée. T'es capable. Prends le temps de replacer tes doigts et recommence.* Après quelques secondes d'hésitation, je parviens à retrouver mon rythme et à poursuivre la pièce sans faire d'erreur. Les

accords s'enchaînent facilement. Je me laisse transporter par la musique. Il s'agit d'un morceau que mon père avait l'habitude de jouer. À certains moments, j'ai presque l'impression qu'il se trouve à côté de moi. Je me sens bien.

À la fin de mon solo, je relève les yeux vers la salle. L'audience m'applaudit chaleureusement. WOW, J'AI RÉUSSI!

Un peu plus tard, ma mère accourt en ma direction à la sortie de l'auditorium.

- Bravo Sam!!!

Puis, Laurence, Stéphanie, Grand-maman, Grand-papa et Sébastien nous rejoignent. Ils me disent combien ils ont aimé ma performance. J'ai pas l'habitude de recevoir autant de compliments, ça fait bizarre. C'est un peu gênant... Mon professeur Jérôme arrive par la suite pour me féliciter lui aussi.

- T'as vraiment progressé cette année Samuel, c'est incroyable! Bravo pour tes efforts! Ton solo était excellent.
- Merci d'être venu me voir, Jérôme!
- Bonnes vacances, Samuel. On se revoit l'automne prochain!

Tandis que Jérôme s'éloigne, mon ami Maxime vient me retrouver. Il veut savoir ce que je vais faire pendant les vacances.

- Ben... cet été, au lieu d'aller au cours de guitare de Jérôme, je vais aller dans un camp de musique avec des jeunes de mon âge. Je vais apprendre à jouer d'autres instruments.
- Chanceux!

- Ouais. Et puis, dans les prochaines semaines, je vais aller dans les Laurentides, au chalet de Sébastien, l'ami de ma mère.
- *Cool!* Moi aussi mes parents ont un chalet dans les Laurentides!
- Ah oui?! Tu m'avais pas dit ça?!

Sébastien et la mère de Maxime ont échangé leurs coordonnées. Les deux chalets se trouvent à peine à 20 minutes de distance. Je vais pouvoir m'amuser avec Max cet été! C'est trop *cool!* Mais, je sais pas trop comment ça va se passer avec Sébastien... Il est gentil, mais ça me fait bizarre quand je le vois avec ma mère. Je sais pas pourquoi, mais j'aime pas trop ça... On dirait que ça me dérange.

- Samuel, on va pouvoir faire de la moto marine ensemble!
- Ouais, et du canot!

Il y a tout plein d'activités à faire ensemble cet été : rouler à vélo, jouer à des jeux de société, faire un feu de camp, jouer de la musique, dormir sous la tente, et j'en passe! J'ai déjà hâte de revoir Maxime. Ça s'annonce pour être un bel été!

\* \* \* \* \*

## INFORMATIONS AUX PARENTS ET AUX INTERVENANTS

Cette section est principalement destinée aux parents et aux intervenants désireux d'en savoir plus sur la réalité de l'enfant endeuillé à la suite d'un suicide. Vous y trouverez également des recommandations et quelques pistes d'intervention.

### 1. Le *deuil*, qu'est-ce que ça signifie?

Le deuil est une souffrance émotionnelle qui survient à la suite du décès d'un être aimé. Il s'agit d'un processus long et douloureux qui peut perdurer plusieurs mois, voire quelques années selon des intensités variables. On remarque souvent que les membres de la famille réagissent différemment face au décès d'une même personne. En effet, les réactions de deuil peuvent varier d'une personne à l'autre.

Être endeuillé signifie vivre un processus de détachement du lien affectif qui préexistait avec une autre personne (Bowlby, 1963). À l'annonce, lorsqu'il apprend la mort de son proche, l'endeuillé vit une première réaction de choc. La réalité lui semble embrouillée comme s'il vivait un mauvais rêve. Il refuse de croire que la perte est réelle (*Non! Ce n'est pas possible qu'il soit mort! Je n'arrive pas à y croire*). Ce déni, qui est habituellement de courte durée, a une fonction protectrice face à l'immense douleur affective qui vient de surgir.

Un sentiment d'être accablé par l'absence de l'être aimé s'installe par la suite. L'endeuillé éprouve un douloureux sentiment de manque, c'est la phase de protestation, il ressent le besoin viscéral de retrouver le défunt (*Je sais qu'il était mort, mais je le vois partout et j'espère tout de même qu'il rentre à la maison*). Progressivement, avec le temps, à force d'être confronté aux échecs de retrouver l'être cher, cet espoir s'estompe et l'endeuillé en vient à concevoir que la perte est bel et bien définitive (*Il est mort pour toujours, je ne le verrai plus jamais; avant je le savais, mais je n'arrivais pas à y croire*). Lorsque le sentiment de permanence de la perte s'installe, la blessure affective est alors vive, c'est la phase de désorganisation. Différentes vagues d'émotions douloureuses font surface (tristesse, colère, anxiété, culpabilité, etc.) et le corps réagit lui aussi face à cette adaptation émotionnelle (baisse d'énergie et de concentration, altération de l'appétit et du sommeil). La période de désorganisation est souvent la phase la plus longue du deuil. Les périodes de tristesse, d'ennui et de solitude accablent les endeuillés qui, par moments, peuvent douter que la vie puisse un jour revenir à une normalité.

Éventuellement, l'endeuillé commence à accepter que sa vie se poursuivra désormais sans la présence de l'être aimé. Le lien affectif est toutefois intériorisé et les souvenirs de l'autre continuent à vivre dans le cœur des proches endeuillés. Lors de cette phase de réorganisation, l'endeuillé s'investit davantage dans d'autres relations et il retrouve progressivement un niveau de fonctionnement similaire à celui qu'il avait avant le décès.

Comme nous venons de le voir, l'endeuillé vit diverses vagues émotionnelles. Il faut savoir que ce processus n'est pas linéaire. Tel un bateau, le processus de deuil avance et recule à travers ces phases, qui peuvent parfois donner l'impression aux personnes endeuillées, de se retrouver sous l'emprise de tempêtes émotionnelles. À certains moments, leur bateau vacille entre des vagues immenses et éprouvantes, tandis qu'à d'autres moments, la mer est moins violente, et les vagues plus calmes. N'oublions pas que chacune des vagues, quel que soit son amplitude, émerge et redescend. Avec le temps et beaucoup de patience, l'endeuillé peut s'apercevoir que les périodes de tempêtes émotionnelles se font de plus en plus rare, et qu'elles diminuent en intensité.

## 2. Qu'est-ce que les enfants comprennent de la mort?

Le développement de la compréhension de la mort s'effectue selon un cheminement développemental qui peut varier d'un enfant à l'autre. En effet, certains enfants peuvent avoir une conception de la mort qui est précoce ou immature tout dépendamment de leur développement cognitif, leurs expériences passées avec la mort, leur contexte de vie et le soutien de leur entourage. Les tranches d'âge identifiées dans cette section sont donc inscrites à titre indicatif.

Quel que soit son âge, l'enfant ressent combien l'atmosphère familiale est différente à la suite d'un décès. Bien qu'il ne comprenne pas encore ce que signifie la mort, le très jeune enfant âgé entre 0 et 2 ans, se montre sensible aux tensions, aux changements de routine et à l'absence du parent qui prenait soin de lui.

Vers l'âge de 2 ans à 7 ans, la mort est perçue comme étant un état temporaire et réversible, qui est parfois confondue avec le sommeil. Cette pensée magique suscite toutes sortes de questions qui peuvent surprendre les adultes (ex. *Est-ce que Papa prend le temps de déjeuner dans sa tombe? Va-t-il se réveiller? Se brosse-t-il les dents?*). Ce questionnement aide l'enfant à progressivement intégrer la signification du mot *mort*. Il revient donc à l'adulte d'offrir des réponses respectueuses, simples et réalistes afin d'aider le jeune endeuillé à comprendre

quelle est la signification de ce mot complexe (ex. *Lorsque l'on est mort, le cœur cesse de battre et on ne respire plus. On cesse de vivre, de manger, de dormir, etc.*). Ainsi, les explications vagues, telles que: *il est parti pour longtemps, elle fait dodo au ciel, il fait un long voyage*, sont à proscrire puisqu'elles nuisent au processus de compréhension du mot *mort*, et qu'elles donnent faux espoir en laissant sous-entendre que l'être aimé pourrait revenir un jour (s'il est parti, il pourrait réapparaître, et s'il dort il pourrait se réveiller). Les spécialistes recommandent d'employer les mots justes et d'accueillir les réactions que cela suscitent chez l'enfant (ex. *Il est mort pour toujours*) plutôt que d'enjoliver les faits et d'ainsi reporter le processus de deuil.

C'est habituellement vers l'âge de 7 à 9 ans que leur compréhension s'éclaircit. Malgré cela, la croyance que seules les vieilles personnes peuvent mourir peut persister. L'enfant endeuillé tente également de se représenter où sont passés le corps et l'âme du défunt (*Est-il en enfer, au ciel ou au paradis?*).

C'est en grandissant qu'il en vient à concevoir que nous mourrons tous un jour, lui y compris, que cela est imprévisible et inévitable. Cette prise de conscience peut, on le comprendra, être source d'angoisses (*D'autres personnes que j'aime pourraient-elles mourir aussi subitement elles aussi?*). Quant à eux, les adolescents parviennent à se représenter la mort comme le ferait un adulte. On constate, davantage de préoccupations d'ordre paranormal, spirituel et philosophique chez ceux-ci (*Est-il devenu un fantôme? Veille-il encore sur nous? Est-il bien maintenant, là où il est?*).

### **3. Comment réagissent-ils à la mort d'un être cher ?**

Naturellement, les réactions peuvent être différentes d'un enfant à l'autre et elles varient au passage du temps. Certains semblent indifférents à la nouvelle, la nient, refusent d'en parler, ou se renferment sur eux de peur d'être perçus comme un bébé en manifestant leur peine. Il n'est pas rare non plus que le jeune endeuillé retienne ses larmes et ses interrogations par souci de préserver son parent souffrant. Quoi qu'il en soit, les enfants endeuillés éprouvent les mêmes douloureux sentiments que les adultes, c'est-à-dire : tristesse, sentiment d'abandon, colère, déception, peur, isolement, etc. Toutefois, ces mêmes sentiments peuvent être exprimés différemment de ceux des adultes.

Comme ils ne saisissent pas toutes les implications de la perte et que leur seuil de tolérance à la douleur émotionnelle est généralement moindre que ne l'est celui des adultes, ceux-ci vivent leur deuil de manière intermittente. Ils peuvent ainsi

manifestent un chagrin intense pour ensuite retourner à leurs occupations et quelques minutes plus tard, jouer et s'amuser. D'autres peuvent ne manifester que très peu de réactions dans les premiers temps. Puisqu'il est difficile pour un jeune de ressentir et de parler de sa peine, il arrive que celui-ci la ressente et l'exprime via la douleur physique (mal de ventre, mal de tête), des jeux ou des dessins répétitifs.

Tout comme chez l'adulte endeuillé, certains jeunes peuvent éprouver une perte d'intérêt pour leurs activités favorites, être irritables et d'humeur instable. Chez l'enfant, on peut remarquer des changements au niveau de son fonctionnement. Comme par exemple : des régressions (se remettre à sucer son pouce, mouiller son lit), des difficultés de sommeil (cauchemars, difficultés d'endormissement), des angoisses (peur du noir, difficultés à se séparer de son parent endeuillé, difficulté à rester seul), des crises de colère, de l'opposition, ainsi que des difficultés de concentration (oublis, difficultés scolaires).

Quel que soit son âge, l'enfant endeuillé d'un parent se sent inévitablement différent de ses amis qui ont un père et une mère. À certains moments, lorsque l'attention est portée sur la figure parentale qui est absente de sa vie, un grand inconfort peut l'envahir. Celui-ci voudrait tant être comme ses pairs et avoir lui aussi ses deux parents. D'autres fois, il lui arrive de se sentir incompris par son entourage qui ne saisit pas toujours toute la portée de ce qu'il vit.

Chez les plus vieux, on retrouve les regrets de ne pas avoir pu dire ou accomplir certaines choses avec le défunt. L'opposition et l'affirmation de soi font partie du développement de l'enfance et de l'adolescence. Cependant, il arrive que les adolescents se sentent coupable d'avoir été désagréable ou en conflit avec l'être aimé. Un désir de réparation peut alors se manifester chez ceux-ci. On constate aussi, qu'il peut arriver que certains endeuillés expriment ouvertement le désir de rejoindre le défunt. La plupart du temps, il s'agit là d'un désir d'aller retrouver l'être aimé, et non de mourir. Par contre, chez d'autres, cela peut être un cri d'alarme, un appel à l'aide face à la douleur émotionnelle. Une intervention avec un professionnel est alors nécessaire afin d'apporter du soutien. Si vous avez des inquiétudes par rapport à l'ajustement de votre enfant, consultez un professionnel.

#### **4. Comment le travail de deuil s'effectue chez l'enfant?**

L'enfant endeuillé est bien sûr confronté à la douloureuse absence de son parent décédé. Il s'ennuie de ne plus le voir, de ne plus pouvoir partager d'activités avec lui, et de ne plus recevoir ses conseils. Il aimerait tant pouvoir lui exposer ses

réussites. L'absence de contact physique et de gestes d'affection lui fait vivre un douloureux sentiment de manque auquel il doit s'adapter.

Bien que son défunt parent ne fasse plus partie de la réalité, le jeune endeuillé entretient avec lui une connexion en pensées. Selon ses croyances, il peut lui arriver de s'imaginer où est passée son âme (ex. au ciel, au paradis, etc.) ou de ressentir sa présence en ayant, par exemple, l'impression d'être accompagné, surveillé ou vu par celui-ci. Certains rêves ou incidents (ex. une porte qui s'ouvre, un objet qui tombe par terre) sont parfois interprétés comme étant un signe que le parent vient le visiter. Bien que rêver à son défunt parent soit souvent porteur de joie, cela peut à la fois réveiller la grande tristesse de constater qu'il ne s'agissait justement que d'un rêve et que l'être aimé est bel et bien absent de la réalité. Sentir qu'il présente des ressemblances avec son défunt parent, que ce soit un aspect physique, un trait de caractère ou un talent, peut donner l'impression de porter en soi le défunt. Tout comme l'adulte, l'enfant peut déployer différents moyens pour se sentir plus près du défunt, comme par exemple, se recueillir au cimetière ou au columbarium. Posséder un objet ayant appartenu à l'être aimé (ex. bijou, vêtement, article de sport) peut être source de réconfort. Très souvent, le jeune endeuillé entretient des conversations imaginaires avec son parent (ex. lui raconter mentalement sa journée avant de s'endormir, lui demander de l'aider afin de mieux performer à un examen ou à un tournoi sportif).

Il est normal qu'une multitude de souvenirs partagés ensemble soient ranimés au travers du quotidien via différents stimuli comme par exemple : la présence dans certains endroits (parc, restaurant, pièce de la maison, lieu de travail), certains événements (anniversaire, voyages, tempête de neige, etc.), certains objets (vêtements, voiture, ameublement, etc.), ou des paroles (conversations, chansons, etc.). Tout comme chez l'adulte, l'éveil des souvenirs déclenche une vague d'émotions, provoquant des élans de nostalgie et de douleur. Bien que cela soit signe que le deuil chemine, l'intensité émotionnelle subitement ravivée peut prendre par surprise et parfois même décevoir le jeune endeuillé qui se croyait désormais *guéri* de son chagrin. En effet, les enfants ont tendance à s'impatienter et à montrer des signes de désespoir face à la souffrance du deuil qui, selon eux, les empêche *d'être comme avant*. Il arrive aussi que ce soit les gens autour de l'enfant, qui s'impatientent et le pressent de retrouver sa vitalité. Ainsi, l'entourage doit également être conscientisé quant au processus de deuil, à la patience et à la compassion que cela nécessite.

## 5. Faut-il annoncer le suicide à l'enfant ou lui cacher la vérité pour le protéger?

Petits et grands se sentent inévitablement bouleversés à la suite d'un décès. L'enfant à qui l'on cache de l'information ressent pourtant que quelque chose de grave ébranle sa famille. Si aucune explication ne lui est fournie, celui-ci se forge ses propres interprétations qui peuvent être encore plus terrifiantes que ne l'est la réalité. Afin d'offrir le soutien nécessaire, favoriser un lien de confiance avec l'adulte, et ne pas retarder le processus de deuil, les spécialistes recommandent d'aviser, dès que possible, l'enfant du décès de son parent. Si l'enfant est assez vieux, ou s'il demande à savoir comment son parent est mort, il est conseillé: 1) d'aviser l'enfant qu'il s'agit d'un suicide 2) lui expliquer ce que signifie le mot suicide (ex. *se suicider ça veut dire s'enlever la vie par soi-même*) 3) ne pas s'étendre sur les détails du scénario suicidaire, employer des explications simples, mais claires, en spécifiant que le suicide n'est jamais une solution et ce, tout en prenant soin, bien sûr, de ne pas dévaloriser le défunt 4) demander à l'enfant s'il a des questions et être prêt à répondre aux mêmes questions plusieurs fois.

Afin de minimiser l'attente, mais aussi pour favoriser un sentiment de cohésion, frères et sœurs peuvent être avisés au même moment que leur parent est décédé. Évidemment, les explications fournies devront être ajustées en fonction de l'âge. On prendra le temps d'expliquer ce que signifie le mot *mort* aux enfants d'âge préscolaire et scolaire (ex. *Papa est mort, ça veut dire que son cœur a arrêté de battre et qu'il ne respire plus. Il ne peut plus bouger ni parler*). Habituellement, les plus jeunes s'interrogent sur des choses assez concrètes (ex. *Qui va aller me reconduire au hockey? Est-ce qu'on va déménager?*), tandis que les plus vieux se questionnent sur des aspects plus complexes (ex. *Pourquoi il s'est suicidé? Est-ce que c'est ma faute?*), pouvant s'avérer difficiles à comprendre pour le jeune enfant. Ainsi, une fois l'annonce passée, il s'avère pertinent de poursuivre la discussion dans un contexte individuel qui favorisera l'échange. Après quelque temps, le cheminement de l'enfant endeuillé suivra son cours et celui-ci demandera à en savoir davantage. Tout en prenant soin de respecter son rythme, on lui fournit alors des informations additionnelles. S'il demande par exemple à savoir par quel moyen son parent s'est suicidé, encore une fois on le lui explique de manière simple, sans donner trop de détails quant au scénario suicidaire, et on lui permet de poser des questions.

Bien entendu, il est impossible d'annoncer le suicide d'un proche sans créer de douleur. Sachez que cela est inévitable. Si vous en ressentez le besoin, demandez à un proche de vous accompagner au moment de l'annonce.

Lorsque l'enfant aura assimilé cette information, on peut le préparer à faire face aux questions que pourraient lui poser ses camarades à l'école (*ex. Est-ce tu veux que tes amis sachent que Papa s'est suicidé? Si tes amis te demandent comment Maman est morte, qu'est-ce tu pourrais leur dire?*). On peut aussi normaliser le malaise que pourrait ressentir l'enfant avec autrui et lui proposer des alternatives (*ex. Des fois, les gens nous posent des questions et on n'a pas envie d'en parler. On peut simplement dire que c'est personnel, et qu'on n'a pas envie d'en parler. Il arrive aussi qu'on ait envie de parler, mais que l'on sente que les gens autour de nous sont mal à l'aise, tu peux m'en parler à moi*).

## **6. Les enfants ont-ils leur place dans les cérémonies funéraires?**

Tout comme pour les adultes, les cérémonies aident les enfants à assimiler la perte, à comprendre que la personne est bel et bien décédée. Les rites permettent également de rendre hommage à l'être aimé et de lui dire un dernier au revoir. La littérature scientifique révèle qu'il peut être néfaste d'exclure ou d'obliger un enfant à prendre part aux rites funéraires contre son gré. Par conséquent, il est préférable d'informer et de discuter avec l'enfant de son implication, ses craintes et ses peurs. Encore une fois, comme les enfants et les adolescents débordent d'imagination, on les prépare en leur expliquant de manière simple quelles seront chacune des étapes des cérémonies. On peut par exemple décrire quelle sera l'apparence du défunt, indiquer à quoi ressemblera la salle où vous irez, discuter ensemble de la conduite à avoir au salon funéraire, prendre le temps d'expliquer ce que signifient certains termes qu'il entendra (*ex. : Mes sympathies, Toutes mes condoléances, incinération, urne, columbarium*) et parler des réactions émotionnelles qu'auront les gens. Puis, on invite le jeune à poser ses questions et on discute de ses craintes, avant de lui laisser le choix de prendre part ou non aux cérémonies. Afin de se familiariser avec les lieux, on peut aussi l'amener voir l'endroit avant l'arrivée des visiteurs. Autant que possible, on prend soin d'ajuster le temps de la participation aux événements en fonction de l'âge. Chez le petit enfant, une brève visite pourrait suffire. On peut aussi suggérer qu'un adulte significatif, en plus du parent, accompagne le jeune afin que le parent puisse pleinement vivre la cérémonie comme il se doit. Cet adulte significatif (*ex. un ami du parent, un membre de la famille élargie*) pourra alors retirer l'enfant au besoin pour répondre à ses besoins (*ex. jouer avec lui, lui donner une collation, aller marcher dehors avec lui, etc.*). Sachez qu'en général, quel que soit l'âge, les enfants apprécient qu'une place leur soit faite lors des préparatifs funèbres. On peut leur suggérer d'effectuer un dessin ou une carte à exposer aux cérémonies ou les inviter à apporter une fleur. Ces petites attentions sont une

source de réconfort et permettent aux enfants de sentir combien ils occupent une place importante au sein de la famille.

## **7. Quelles sont les particularités du deuil parental suite à un suicide?**

L'enfant endeuillé par suicide chemine lui aussi, tout comme l'enfant endeuillé d'une autre cause (maladie, accident), par un processus de deuil (se référer à la section 1 *Le deuil, qu'est-ce que ça signifie?*). Toutefois, l'expérience de l'endeuillé par suicide peut comporter certaines particularités. C'est ce que nous verrons dans cette section.

En général, le choc émotif, c'est-à-dire la confusion et l'incompréhension, est plus intense lors d'un décès non anticipé tel qu'un accident ou un suicide, car la personne n'était pas nécessairement préparée à faire face à ce tragique événement. L'enfant endeuillé par suicide peut ressentir de la honte et un grand malaise face à l'acte suicidaire de son parent. Certains jeunes peuvent se refermer sur eux-mêmes ou ressentir une inconfortable anxiété lorsque quelqu'un leur demande d'en savoir plus sur leur deuil et la nature du décès du parent. Le tabou entourant le suicide dans notre société, peut faire en sorte que ce soit l'entourage de l'enfant (comme les voisins, les élèves, les enseignants, la famille élargie, etc.) qui se sente gêné d'aborder ce lourd sujet. La difficulté à parler peut donc venir de l'enfant, mais aussi de ceux qui l'entourent. On peut toutefois aider le jeune à faire face aux réactions d'autrui en le préparant à l'avance à cette éventualité (se référer à la section 5 *Faut-il annoncer le suicide à l'enfant ou lui cacher la vérité pour le protéger ?*).

En plus de faire face à une grande perte, l'enfant se voit confronté au geste qu'a commis son parent, et dans bien des cas, à la violence que celui-ci s'est infligée. Une grande terreur peut envahir la personne qui aurait été exposée au corps mutilé. Certains développent des réactions traumatiques (par exemple, des images récurrentes en s'imaginant les dernières secondes de la vie de l'être aimé, des cauchemars, une peur de descendre au sous-sol, une peur d'ouvrir des portes, etc.) et ce, qu'ils aient été ou non exposés à la dépouille. Dans tous les cas, le suicide ébranle le sentiment de sécurité de l'enfant. Malgré son jeune âge, celui-ci prend subitement conscience de l'imprévisibilité de la vie tout en réalisant que l'adulte qui devait le protéger n'est plus. Puisqu'une des personnes qu'il aimait le plus au monde est décédée à un moment où il ne s'y attendait pas, une inquiétude quant à la sécurité des proches qui l'entourent peut s'installer. Notons par exemple l'appréhension qu'un autre terrible événement ne survienne, ou qu'un membre de sa famille l'abandonne ou se suicide aussi à son tour.

La recherche de sens occupe une grande place dans le processus de deuil à la suite d'un suicide. Plus le jeune cherche à comprendre pourquoi son parent a agi ainsi, plus celui-ci entre en contact avec de douloureuses émotions. De par sa pensée égocentrique, il est porté à se culpabiliser et à se dévaloriser d'avoir par exemple été désagréable (*Si je n'avais pas rouspété, si j'avais été plus gentil... serait-il encore vivant?*) ou de ne pas avoir été en mesure de sauver la vie de son parent. Encore une fois, l'enfant a besoin qu'on le rassure sur l'importance qu'il avait dans la vie de son parent décédé. Avec certains enfants plus vieux, il peut s'avérer aidant pour ceux-ci de tenter de donner un sens au décès du parent (ex. *il était très souffrant, il ne parvenait plus à mettre en mots sa détresse, il ne trouvait plus de solution pour aller mieux, malgré le fait qu'il y en avait certaines qu'il ne voyait peut-être pas*). On lui mentionne aussi que les enfants n'ont pas à prendre soin des parents (par exemple, *Toi tu es un enfant. Tu n'avais pas à lui venir en aide, car c'est le rôle des adultes de prendre soin des autres adultes et des enfants*).

L'enfant endeuillé par suicide se sent inévitablement abandonné. Il se questionne quant à la valeur qu'il avait pour son parent. Une baisse de confiance envers les adultes, ainsi qu'une diminution de l'estime de soi peuvent en découler. Le parent est souvent celui qui est le mieux placé pour dire à l'enfant que son parent décédé l'aimait et que ce geste n'est pas une indication de la valeur de l'enfant.

On observe fréquemment un décalage entre le regard idéalisé que l'enfant pose sur son défunt parent (*Elle était parfaite. C'était le meilleur*) et la réalité de la souffrance du suicide. Des émotions ambivalentes peuvent être éprouvées (par exemple, ressentir à la fois de l'amour et de la rage, idéaliser et intensément dévaloriser le défunt). Différents reproches (par exemple, la non-recherche d'aide, le mensonge, l'abandon) peuvent être à la source d'une intense colère. Dans certains cas, un sentiment de soulagement culpabilisant peut émaner après le décès si par exemple des discordes ou des adversités étaient omniprésentes au préalable. En effet, l'enfant peut momentanément se sentir libéré de ce lourd stress qui lui était quotidien. Dans d'autres cas, on observe un renversement de rôles chez le jeune qui s'inquiète pour son parent endeuillé. Ainsi, bien qu'il n'en ait pas la maturité, celui-ci tentera de prendre soin de l'adulte (par exemple, en consolant son parent ou en effectuant des tâches ménagères, etc.).

Malheureusement, le tabou entourant l'acte suicidaire peut parfois faire émerger un climat de secrets qui freine la discussion, et par conséquent la demande d'aide. L'enfant endeuillé à la suite d'un suicide est placé devant le fait que son parent a choisi de s'enlever la vie afin de se délivrer de ses souffrances. Conséquemment, certains jeunes peuvent en arriver à la conclusion erronée que le

suicide est une solution envisageable pour régler ses problèmes. Ainsi, certains jeunes peuvent intérioriser le suicide comme étant une option lorsqu'ils se sentent dans une impasse. Si la détresse de l'enfant persiste, une aide professionnelle est alors nécessaire. Les objectifs d'intervention varient selon les besoins de l'enfant; l'aider à mieux comprendre ce qu'est le processus de deuil, l'accompagner afin d'exprimer et dénouer certaines émotions, incompréhensions et angoisses, l'aider à préserver une image saine de son défunt parent, l'outiller à mieux gérer ses affects, l'aider à trouver des solutions lorsqu'un problème se présente à lui, etc. (veuillez-vous référer à la section 10 *À qui m'adresser si j'ai besoin d'aide?*). En tant que parent, sachez que vous pouvez avoir un grand impact sur le cheminement de votre enfant. Différentes façons d'aider le jeune endeuillé sont présentées dans la section qui suit.

## **8. Comment aider mon enfant?**

### **Prendre soin de soi en tant que parent**

Si vous êtes un parent endeuillé d'un conjoint ou d'un ex-conjoint, vous traversez sans doute actuellement une grande période d'adaptation. En plus d'avoir à gérer de nombreux stressseurs, tout comme votre enfant, vous vivez une gamme d'émotions et de réflexions associées au processus de deuil. Dans de telles circonstances, il va de soi que le parent endeuillé se sente moins disponible et plus à fleur de peau qu'il n'en a l'habitude. À un moment ou à un autre, il est normal que l'enfant voit son parent pleurer. Il faut alors le rassurer en lui expliquant qu'il est sain d'exprimer ses émotions plutôt que de les réprimer comme un barrage. On lui mentionne aussi que, bien que l'on se sente triste, on se porte bien (*Oui, je suis triste, mais ça va. Ça me fait du bien de pleurer*). Il est important de reconnaître le fait que prendre soin de soi en tant que parent, permet de mieux soutenir son enfant. Cela signifie entre autres : d'avoir soi-même une bonne hygiène de vie, de consulter son médecin, et de s'accorder du repos, des loisirs, ou du répit lorsque nécessaire. Bien entendu, cela peut s'avérer difficile à mettre en place lorsque l'enfant endeuillé est anxieux de voir son parent quitter la maison.

Prendre soin de soi en tant qu'adulte, c'est aussi s'autoriser à avoir des relations intimes. Bien entendu, il faudra présenter seulement celles qui sont significatives à l'enfant tout en lui laissant le temps d'appivoiser cette nouvelle présence. En effet, une fois que la famille a retrouvé une certaine stabilité suite à la séparation et au deuil, l'introduction d'un nouveau conjoint devrait être faite progressivement. D'abord, il est préférable de préparer l'enfant à l'idée que Papa ou Maman a une fréquentation et d'aborder la question ensemble afin de l'aider à

cheminer. Il s'avère important de le rassurer à l'effet que le nouveau conjoint ne remplacera jamais son parent décédé. Une bonne écoute et une attitude empathique face à ce que cela lui fait vivre peuvent favoriser un meilleur ajustement. Éventuellement, on peut graduellement créer des occasions permettant à l'enfant et au nouveau conjoint de se croiser brièvement, de sorte que tous deux s'apprivoisent avant d'envisager des contacts plus intensifs comme la cohabitation.

### **Prendre soin de l'enfant endeuillé**

Essentiellement, avec un enfant endeuillé, la tâche de l'adulte consiste à soutenir, ouvrir le dialogue et répondre aux questions dans un contexte suffisamment sécurisant pour que le jeune puisse assimiler l'information, partager ses souvenirs et exprimer ses émotions. On peut l'aider à comprendre ce que signifient les mots *mort* et *suicide*, en répondant du mieux que possible à ses interrogations. Il existe sur le marché une panoplie de livres éducatifs pour enfants traitant de la mort (consultez votre bibliothécaire ou libraire à cet effet). Ils peuvent être employés comme porte d'entrée pour ouvrir le sujet. Bien entendu, il est normal de ne pas avoir réponse à tout. Il arrive aussi que le moment soit mal choisi, ou que l'on ne soit pas disposé à discuter. Si tel est le cas, sachez que l'enfant apprécie qu'on lui avoue nos limites avec humilité (ex. *Moi aussi je ne sais pas pourquoi, Tout comme toi, j'aimerais bien avoir la réponse*). On peut également lui suggérer d'en rediscuter plus tard afin de prendre le temps de réfléchir ou de se ressaisir (ex. *C'est une très bonne question, laisse-moi y réfléchir un peu et nous en discuterons*). La quête de sens à l'acte suicidaire s'effectue en grande partie par l'entremise du dialogue avec son parent endeuillé. Le jeune a besoin de discuter du défunt parent et d'entendre parler de celui-ci. Cela fait partie du processus normal de deuil. On peut lui relater des anecdotes ou des souvenirs, en prenant soin, bien sûr, de ne pas tomber dans l'idéalisation ou dans la dévalorisation du défunt. La création d'un album ou d'une boîte à souvenirs peut être un projet permettant d'intégrer des anecdotes et de léguer un certain héritage (ex. coller la recette de biscuits de Maman dans l'album, insérer les billets d'un spectacle vu avec Papa, insérer un coquillage ramassé ensemble, etc.) En fait, il faut s'assurer, autant que possible, que le parent décédé reste un membre de la famille et ce, même si la place et le rôle de celui-ci ont changé. On peut par exemple commémorer l'anniversaire du décès en instaurant une tradition (ex. aller au restaurant favori de l'être aimé, allumer une bougie). Au fil du temps, certains souvenirs et sujets de discussion seront réabordés par le jeune. Ne vous en surprenez pas, en vieillissant, il aura besoin d'aborder d'autres sujets de discussion, ou de revenir sur certains thèmes de manière différente. Étant donné des facteurs développementaux, affectifs et cognitifs, cela est tout à fait normal.

L'enfant endeuillé a besoin de présence et de réconfort lorsqu'il se sent souffrant, qu'il a peur ou qu'il se plaint que son corps a mal (maux de ventre, maux de gorge). Un simple contact physique peut parfois suffire (ex. se faire serrer dans les bras, se faire caresser les cheveux). Lui partager de manière empathique, une expérience de vie personnelle similaire est aussi une manière de le rassurer et de transmettre l'espoir que la blessure qu'il ressent prendra du mieux.

Se sentir écouté est précieux pour le jeune endeuillé, non seulement lorsqu'il exprime sa souffrance ou ses peurs, mais aussi quand il éprouve le besoin de raconter ses doux souvenirs nostalgiques. À d'autres moments, s'il ne désire pas parler, il apprécie que l'on respecte son silence tout en restant en lien avec lui. On peut alors tenter de l'aider à mettre en mots ce qui l'habite (ex. *Peut-être te sens-tu comme ci... Il se peut que tu te poses telle ou telle question..., etc.*). Somme toute, la relation avec l'enfant devrait être empreinte de respect, d'empathie et de compassion sincère. S'il se sent trop fragilisé pour offrir ce support, l'adulte ne doit pas hésiter à solliciter un proche ou un professionnel afin d'occuper temporairement ce rôle.

Le décès d'un parent entraîne inévitablement de nombreux bouleversements au sein du foyer. Maintenir autant que possible la routine préexistante (ex. heures des repas, routine du coucher, activités parascolaires) contribue à préserver le sentiment de sécurité. Un remaniement des corvées (sortir les poubelles, faire la vaisselle, etc.) est parfois nécessaire. Toutefois, l'enfant devrait toujours rester un enfant. Être à l'écoute, signifie également être attentif et offrir du soutien lors d'événements ravivant l'absence de l'être cher (ex. se rendre au cours de ballet sans Maman, se sentir différent des autres enfants à la fête des pères). Malgré le drame familial, l'enfant souhaite poursuivre ses activités (tournoi de soccer, cours de natation) et vivre des événements heureux (fêter Noël, partir en vacances). Il s'agit là d'une manière de recharger ses batteries tout en étant bien ancré dans le présent.

Sollicitez votre entourage afin d'obtenir de l'écoute et du soutien (ex. amis, collègues de travail, membres de la famille). Que ce soit pour vous, ou pour votre enfant, n'hésitez pas à contacter un professionnel si vous avez des questions ou besoin d'aide (veuillez-vous référer à la section *À qui m'adresser afin d'obtenir de l'aide?*).

## 9. Quand peut-on considérer le deuil comme terminé?

Tout comme chez l'adulte, la douleur émotionnelle s'estompe graduellement. Au passage du temps la fréquence et la durée des périodes de chagrin diminue. On remarque aussi des améliorations sur le plan de l'humeur (ex. : moins de crises de colère, moins d'irritation) et du comportement. Puis, éventuellement, le niveau de fonctionnement de l'enfant redevient similaire à celui qu'il avait avant le décès.

Malgré la cicatrisation émotionnelle, il faut garder en tête que tout au long de son développement, l'enfant endeuillé chemine vers une nouvelle perspective du décès parental. En vieillissant, celui-ci fait des réflexions qu'il n'avait préalablement pas encore effectuées lorsqu'il était plus jeune. De l'enfance à l'adolescence, et de l'adolescence à l'âge adulte, la maturation ainsi que certains événements de vie l'amènent à revisiter le deuil.

La recherche de sens occupe une grande place dans le processus de deuil par suicide. En grandissant, l'enfant endeuillé cherche à comprendre pourquoi son parent a agi ainsi et cela le met en contact avec de douloureuses émotions. De plus, différents événements de vie raviveront des sentiments liés à l'absence du défunt. Tout au long de son développement, le jeune endeuillé regrettera par exemple de ne pas pouvoir partager ses accomplissements avec le défunt parent (avoir envie de lui montrer une médaille sportive; regretter qu'il soit absent de l'audience lorsqu'il joue dans un pièce de théâtre; souhaiter qu'il soit là lors de la graduation). À l'adolescence, il vivra la déception de ne pas avoir accès au soutien qu'il aurait souhaité recevoir, comme par exemple lors des premières menstruations, ou lors des cours de conduites automobile. Plus tard, à l'âge adulte d'autres événements raviveront le désir d'avoir le défunt parent à ses côtés afin de lui partager ses fiertés et obtenir conseil comme par exemple lors d'un mariage, l'achat d'une maison, la naissance d'un enfant, ou l'obtention d'un diplôme universitaire. Bien entendu, lorsque le deuil est ravivé, la blessure émotionnelle ressentie est considérablement différente en termes d'intensité et de durée qu'elle ne l'était lors des premières années suivant le décès.

La plupart du temps bien qu'il soit absent, le défunt parent continue d'occuper différents rôles tout au long de la vie de l'enfant; un rôle de modèle, un point de repère moral, une source de guidance et de souvenirs réconfortants. Cela signifie que, bien qu'il ne partage plus la vie de l'enfant de manière concrète, le défunt parent continue d'exister à l'intérieur de son fils ou de sa fille. C'est ce que l'on appelle l'intériorisation du défunt.

## **10. À qui m'adresser afin d'obtenir de l'aide?**

Afin de briser l'isolement, et s'assurer que l'enfant soit épaulé le mieux possible, il s'avère primordial d'aviser le personnel de l'école. En plus d'offrir le soutien d'un intervenant scolaire (ex. : travailleur social, psychoéducateur, psychologue) ceux-ci seront en mesure de préparer et de sensibiliser les élèves à ce que vit votre enfant.

Comme le jeune endeuillé se sent parfois inconfortable d'aborder sa peine avec un membre de la famille, le simple fait de l'aider à faire le pont avec une ressource peut lui être d'un grand secours. On peut lui remettre les coordonnées d'une ligne d'écoute téléphonique (Centre de prévention du suicide du Québec 1-866-277-3553, Jeunesse J'écoute 1-800-668-6868, Tel-Jeunes 1-800-263-2266) et l'inviter à rencontrer un spécialiste (ex. psychologue, travailleur social, psychoéducateur, médecin). Cependant, il ne faut surtout pas perdre de vue que le cheminement de deuil du parent peut avoir des répercussions sur celui de l'enfant. Ainsi, il s'avère tout aussi essentiel que le parent endeuillé demeure à l'affût de ses propres réactions et qu'il accède, lui aussi, aux ressources dont il a besoin afin de vivre son deuil le plus adéquatement que possible (ex. psychologue, médecin, travailleur social). Plusieurs groupes d'entraide pour enfants et pour parents endeuillés sont offerts dans différentes régions. En plus, d'offrir l'occasion de s'exprimer et de se sentir moins seul, ils apportent guidance et soutien (consultez votre CLSC pour plus d'informations).

## RÉFÉRENCES

- Amer, Kim. 1999. «Bibliotherapy: using fiction to help children in two populations discuss feelings». *Pediatric Nursing*, vol. 25, no 1, p. 91-95.
- Arnaud, Cathrine 2000. *Mon démon s'appelle Martin*. Paris: L'école des loisirs, 94 p.
- Backé, Marie-Frédérique. 2000. *Le deuil à vivre*. Paris: Poches Odile Jacob, 282 p.
- Baker, John E., Mary A. Sedney et Esther Gross. 1992. «Psychological tasks for bereaved children». *American Journal of Orthopsychiatry*, vol. 62, no 1, p. 105-116.
- Baribeau, Colette. 2009. «Analyse des données des entretiens de groupe». *Recherches qualitatives*, vol. 28, no 1, p. 133-148.
- Barrett, Terence W., et Thomas B. Scott. 1990. «Suicide bereavement and recovery patterns compared with nonsuicide bereavement patterns». *Suicide and Life-Threatening Behavior*, vol. 20, no 1, p. 1-15.
- Berns, Carol F. 2003. «Bibliotherapy: Using books to help bereaved children». *Omega: Journal of Death and Dying*, vol. 48, no 4, p. 321-336.
- Bienne, Gisèle. 2011. *On est pas des oiseaux*. Paris: L'école des loisirs, 206 p.
- Blanchet, Alain. 1982. «Épistémologie critique de l'entretien d'enquête de style non directif». *Bulletin de psychologie*, vol. 26, no 358, p. 187-194.
- Bourgeois, Marc-Louis. 2003. *Deuil normal, deuil pathologique: clinique et psychopathologie*. Rueil-Malmaison: Doin éditeurs, 149 p.
- Bowlby, John. 1980. *Attachment and loss*. Coll. «Loss: sadness and depression». New York: Basic Books, 488 p.
- Bowlby, John. 1961. «Processes of mourning». *The International Journal of Psycho-Analysis*, vol. 42, p. 317-340.
- Breton, Jean-Jacques., Henriette Bilodeau et Richard Boyer. 2001. *Guide pratique pour un programme en santé mentale*. Montréal: Le service de recherche de l'Hôpital Rivière-des-Prairies, 104 p.

- Cain, Albert C. 2002. «Children of suicide: The telling and the knowing». *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, vol. 65, no 2, p. 124-136.
- Cain, Albert C., et Irene Fast. 1972. «Children's disturbed reactions to parent suicide: distortions of guilt, communication and identification. ». In *Survivors of suicide*, Albert C. Cain, p. 93-111. Oxford, England: Charles C Thomas.
- Campbell, Frank R. 1997. «Changing the legacy of suicide». *Suicide and Life-Threatening Behavior*, vol. 27, no 4, p. 329-338.
- Carlson, Roxanne., et Nancy Arthur. 1999. «Play Therapy and the Therapeutic Use of Story». *Canadian Journal of Counselling*, vol. 33, no 3, p. 212-226.
- Cartledge, Gwendolyn., et Mary W. Kiarie. 2001. «Learning Social Skills through Literature for Children and Adolescents». *TEACHING Exceptional Children*, vol. 34, no 2, p. 40-47.
- Cerel, Julie., Mary A. Fristad, Elizabeth B. Weller et Ronald A. Weller. 1999. «Suicide-bereaved children and adolescents: A controlled longitudinal examination». *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, vol. 38, no 6, p. 672-679.
- Cerel, Julie., Mary A. Fristad, Elizabeth B. Weller et Ronald A. Weller. 2000. «Suicide-bereaved children and adolescents: II. Parental and family functioning». *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, vol. 39, no 4, p. 437-444.
- Chalifour, Francis. 2006. *Le fils du pendu*. Toronto: Livres Tundra, 156 p.
- Champagne, François., Astrid Brousselle, André-Pierre Contandriopoulos et Zulmira Hartz. 2009. «L'analyse stratégique». In *L'évaluation: concepts et méthodes*, Astrid. Bourselle, François Champagne, André-Pierre Contandriopoulos et Zulmira Hartz, p. 91-101. Montréal: Les Presses de l'Université de Montréal.
- Clark, David C., et Ann E. Goebel. 1996. «Siblings of youth suicide victims». In *Severe stress and mental disturbance in children*, p. 361-389. Washington, DC, US: American Psychiatric Association.
- Cleiren, Marc P. H. D., R. F. W. Diekstra, Ad J. F. M. Kerkhof et Jan van der Wal. 1994. «Mode of death and kinship in bereavement: Focusing on "who" rather than "how."». *Crisis: The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention*, vol. 15, no 1, p. 22-36.

- Coddington, R. Dean. 1972. «The significance of life events as etiologic factors in the diseases of children: I. A survey of professional workers». *Journal of psychosomatic Research*, vol. 16, no 1, p. 7-18.
- Constantino, Rose E.; L. Kathleen Sekula et Elaine N. Rubinstein. 2001. «Group intervention for widowed survivors of suicide». *Suicide and Life-Threatening Behavior*, vol. 31, no 4, p. 428-441.
- Contandriopoulos, André-Pierre., François Champagne, Jean-Louis Denis et Marie-Christine Avargues. 2000. «L'évaluation dans le domaine de la santé: concepts et méthodes». *Revue d'épidémiologie et de santé publique*, vol. 48, no 6, p. 517-539.
- Corr, Charles A. 2003a. «Bereavement, grief, and mourning in death-related literature for children». *Omega: Journal of Death and Dying*, vol. 48, no 4, p. 337-363.
- Corr, Charles A. 2003b. «Grandparents in death-related literature for children». *Omega: Journal of Death and Dying*, vol. 48, no 4, p. 383-397.
- Corr, Charles A. 2003c. «Pet loss in death-related literature for children». *Omega: Journal of Death and Dying*, vol. 48, no 4, p. 399-414.
- Corr, Charles A. 2007. «Parents in death-related literature for children». *Omega: Journal of Death and Dying*, vol. 54, no 3, p. 237-254.
- Dalke, David. 1994. «Therapy-assisted growth after parental suicide: From a personal and professional perspective». *Omega: Journal of Death and Dying*, vol. 29, no 2, p. 113-151.
- Dane, Barbara O. 1991. «Counselling bereaved middle aged children: Parental suicide survivors». *Clinical Social Work Journal*, vol. 19, no 1, p. 35-48.
- Davies, Betty. 1995. «Sibling bereavement research: state of the art». In *A Challenge for living : dying, death, and bereavement*, Inge B. Corless, Barbara B. Germino et Mary A. Pittman, p. 173-202. Boston: Jones and Bartlett.
- De Groot, Marieke H., Jos De Keijser et Jan Neeleman. 2006. «Grief Shortly After Suicide And Natural Death: A Comparative Study Among Spouses and First-Degree Relatives». *Suicide and Life-Threatening Behavior*, vol. 36, no 4, p. 418-431.

- Demi, Alice S. 1984. «Social adjustment of widows after a sudden death: Suicide and non-suicide survivors compared». *Death Education*, vol. 8, no Suppl, p. 91-111.
- Desrosiers, Sylvie. 2005. *Le long silence*. Montréal: La courte échelle, 136 p.
- Dowdney, Linda. 1999. «Psychological disturbance and service provision in parentally bereaved children: prospective case-control study». *BMJ*, vol. 319, p. 354-357.
- Dowdney, Linda. 2000. «Annotation: Childhood Bereavement Following Parental Death». *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, vol. 41, no 7; p. 819-830.
- Dyregrov, Kari. 2009. «How do the young suicide survivors wish to be met by psychologists? A user study». *Omega: Journal of Death and Dying*, vol. 59, no 3, p. 221-238.
- Dyregrov, Kari., et Atle Deregrov. 2005. «Helping the family following suicide». In *Brief intervention with bereaved children*, Barbara. Monroe et Kraus. Frances, p. 201-215. New York: Oxford University Press.
- Elder, Sandra. L., et Don. Knowles. 2005. «Suicide in the family». In *Helping bereaved children: a handbook for practionners*, Nancy Boyd. Webb, p. 128-148. New York: Guilford Press.
- Elgar, Frank J., et Patrick J. McGrath. 2003. «Self-administered psychosocial treatments for children and families». *Journal of Clinical Psychology*, vol. 59, no 3, p. 321-339.
- Elkind, David. 1983. *L'enfant stressé: celui qui grandit trop vite et trop tôt*. Montréal: Éditions de l'Homme, 204 p.
- Excell, Janna. A. 1991. «A child's perception of death». In *Children and death*, Danai Papadatou et Costa Papadatos, p. 87-103. New York: Hemisphere Publication Corporation.
- Farberow, Norman L., Dorothy E. Gallagher-Thompson, Michael J. Gilewski et Larry W. Thompson. 1992. «Changes in grief and mental health of bereaved spouses of older suicides». *Journals of Gerontology*, vol. 47, no 6, p. 357-366.

- Fauré, Jean-Christophe. 2007. *Après le suicide d'un proche; vivre le deuil et se reconstruire*. Paris: Albin Michel, 201 p.
- Flatt, Bill. 1987. «Some stages of grief». *Journal of Religion and Health*, vol. 26, p. 143-148.
- Freud, Sigmund. 1917. *Deuil et mélancolie*. Paris: Gallimard, 94 p.
- Fristad, Mary A., Julie Cerel, Maria Goldman, Elizabeth B. Weller et Ronald A. Weller. 2000. «The role of ritual in children's bereavement». *Omega: Journal of Death and Dying*, vol. 42, no 4, p. 321-339.
- Fristad, Mary A., Rebecca Jedel, Ronald A. Weller et Elizabeth B. Weller. 1993. «Psychosocial functioning in children after the death of a parent». *American Journal of Psychiatry*, vol. 150, no 3, p. 511-513.
- Gabriel, Martha A. 1992. «Anniversary reactions: Trauma revisited». *Clinical Social Work Journal*, vol. 20, no 2, p. 179-192.
- Gaffney, Donna A., Eric T. Jones et Karen Dunne-Maxim. 1992. «Support groups for sibling suicide survivors». *Crisis: The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention*, vol. 13, no 2, p. 76-81.
- Gagné, Mathieu., et Gilles Légaré (2011). *La mortalité par suicide au Québec: données récentes de 2005 à 2009*. Institut national de santé publique du Québec. 1204, Québec: Bureau du coroner Québec, 8 p.
- Gagnon, Michèle., Louise Jolin, Louis-Luc Lecompte, Gaëtan Perron, Maryse Boyer et Myriam Casséus. 2009. *Guide info-famille*. Montréal: Éditions du CHU Sainte-Justine, 648 p.
- Gibbons, Martha Blechar. 1992. «A child dies, a child survives: the impact of sibling loss». *Journal of Pediatric Health Care*, vol. 6, no 2, p. 65-72.
- Gladding, Samuel T., et Claire Gladding. 1991. «The ABCs of bibliotherapy for school counselors». *School Counselor*, vol. 39, no 1, p. 7-13.
- Goldman, Linda. 1996. *Breaking the silence: A guide to help children with complicated grief, suicide, homicide, AIDS, violence, and abuse*. Washington, DC, England: Accelerated Development, 231 p.

- Grossman, Janet A., David Clark, Deborah Gross, Lois Halsted et James Pennigton. 1995. «Child Bereavement After Paternal Suicide». *JCAPN*, vol. 8, no 2, p. 5-17.
- Haine, Rachel A., Tim S. Ayers, Irwin N. Sandler, Sharlene A. Wolchik et Janelle L. Weyer. 2003. «Locus of control and self-esteem as stress-moderators or stress-mediators in parentally bereaved children». *Death Studies*, vol. 27, no 7, p. 619-640.
- Haine, Rachel A., Sharlene A. Wolchik, Irwin N. Sandler, Roger E. Millsap et Tim S. Ayers. 2006. «Positive parenting as a protective resource for parentally bereaved children». *Death Studies*, vol. 30, no 1, p. 1-28.
- Heath, Charles P. 1986. «Understanding death». *Techniques*, vol. 2, no 1, p. 88-92.
- Heath, Melissa Allen., Dawn Sheen, Deon Leavy, Ellie Young et Kristy Money. 2005. «Bibliotherapy: A resource to facilitate emotional healing and growth». *School Psychology International*, vol. 26, no 5, p. 563-580.
- Hebert, Thomas P., et Joseph M. Furner. 1997. «Helping high ability students overcome math anxiety through bibliotherapy». *Journal of Secondary Gifted Education*, vol. 8, p. 164-179.
- Jacobs, Selby C., Catherine A. Schaefer, Adrian M. Ostfeld, Stanislav V. Kasl et al. 1987. «The first anniversary of bereavement». *Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*, vol. 24, no 1-2, p. 77-85.
- Johnson, Joy. 1999. *Keys helping children deal with death and grief*. New York: Barron's Educationnal Series., 208 p.
- Johnson, Joy. 2003. «Historical perspectives and comments on the current status of death-related literature for children». *Omega: Journal of Death and Dying*, vol. 48, no 4, p. 293-305.
- Jones, Eileen, H. 2001. *Bibliotherapy for bereaved children: healing reading*. London (Angleterre): Athenaeum Press, 145 p.
- Jordan, John R. 2001. «Is suicide bereavement different? A reassessment of the literature». *Suicide and Life-Threatening Behavior*, vol. 31, no 1, p. 91- 102.

- Kaslow, Nadine J., et Sari Gilman Aronson. 2004. «Recommendations for Family Interventions Following a Suicide». *Professional Psychology: Research and Practice*, vol. 35, no 3, p. 240-247.
- Kavanagh, David J. 1990. «Towards a cognitive-behavioral intervention for adult grief reactions. ». *The British Journal of Psychiatry*, vol. 157, p. 373-383.
- Kazim, Alat. 2002. «Traumatic Events and Children; How Early Childhood Educators Can Help». *Childhood Education*, vol. 79, no Fall, p. 2-8.
- Kenyon, Brenda L. 2001. «Current research in children's conceptions of death: A critical review». *Omega: Journal of Death and Dying*, vol. 43, no 1, p. 63-91.
- Kirwin, Kathleen M., et Vanya Hamrin. 2005. «Decreasing the Risk of Complicated Bereavement and Future Psychiatric Disorders in Children». *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, vol. 18, no 2, p. 62-78.
- Klass, Dennis. 1988. *Parental grief solace and resolution*. New York: Springer Publishing Company, Inc., 248 p.
- Klass, Dennis., Phyllis. Silverman et Steven. Nickman (1996). *Continuing bonds: New understanding of grief*. Washington, DC, Taylor & Francis: 384 p
- Klein, Melanie. 1968. *Essais de psychanalyse 1921-1945*. Paris: Payot, 452 p.
- Kramer, Pamela, A., et Gail Smith, G. 1998. «Easing the Pain of Divorce Through Children's Literature ». *Early Childhood Education Journal*, vol. 26, no 2, p. 89-94.
- Kubler-Ross, Elizabeth. 1977. *La mort dernière étape de la croissance*. Montréal: Éditions Québec Amérique, 219 p.
- Larouche, Gisèle. 2002. *Du nouvel amour à la famille recomposée; la grande traversée*. Montréal: Éditions de l'Homme, 272 p.
- Lee, Kyunghye. 2011. *Un jour, je suis mort*. Paris: L'école des loisirs, 218 p.
- Légaré, Gilles., Mathieu Gagné, Danielle St-Laurent et Paul-Andé Perron (2013). *La mortalité par suicide au Québec: 1981 à 2010. Mise à jour 2013*. Institut national de santé publique du Québec, Québec: Bureau du coroner Québec, 24 p.

- Lenain, Thierry. 2005. *Julie capable*. Paris: Grasset-jeunesse, 25 p.
- Lin, Kirk K., Irwin N. Sandler, Tim S. Ayers, Sharlene A. Wolchik et Linda J. Luecken. 2004. «Resilience in Parentally Bereaved Children and Adolescents Seeking Preventive Services». *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, vol. 33, no 4, p. 673-683.
- Lonetto, Richard. 1988. *Dis, c'est quoi quand on est mort?: l'idée de la mort chez l'enfant* Paris: Eshel, 173 p.
- Malchioldi, Cathy A., et Deanne Ginns-Gruenberg. 2008. «Trauma, loss and bibliotherapy; the healing power of stories». In *Creative Interventions with Traumatized Children*, Cathy A. Malchiodi et Bruce D. Perry, p. 167-183. New York: Guilford Publications.
- Marwit, Samuel J., et Dennis. Klass. 1996. «Grief and the Role of the Inner Representation of the Deceased». In *Continuing Bonds: New Understanding of Grief*, Dennis. Klass, Phyllis R. Silverman et Steven L. Nickman, p. 297-309. Washington DC: Taylor & Francis.
- Masson, Josée. 2006. *Derrière mes larmes d'enfant la mort et le deuil me font mal!* Saint-Jérôme: Éditions Ressources, 349 p.
- Mazard, Claire. 2008. *Le cahier rouge*. Paris: Syros, 74 p.
- McIntosh, John L., et Leah D. Kelly. 1992. «Survivors' reactions: Suicide vs. other causes». *Crisis: The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention*, vol. 13, no 2, p. 82-93.
- McNamee, Abigail., et Mia Lynn Mercurio. 2006. «Picture books: Can They Help Caregivers Create An "Illusion of Safety" for Children in Unsafe Times?». *Penn GSE Perspectives On Urban Education*, vol. 4, no 2, p. 1-13.
- Mitchell, Ann M., Sue Wesner, Linda Garand, Deborah Dysart Gale, Allyson Havill et Lynn Brownson. 2007. «A Support Group Intervention for Children Bereaved by Parental Suicide». *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, vol. 20, no 1, p. 3-13.
- Mitchell, Ann M., Susan Wesner, Lynn Brownson, Deborah Dysart-Gale, Linda Garand et Allyson Havill. 2006. «Effective Communication With Bereaved Child Survivors of Suicide». *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, vol. 19, no 3, p. 130-136.

- Montardre, Hélène. 1992. *Au bout du cerf-volant*. Paris: Rageot, 121 p.
- Morawski, Cynthia M. 1997. «A role for bibliotherapy in teacher education». *Reading Horizons*, vol. 37, no 3, p. 243.
- Moss, Myriam S., et Sidney Z. Moss. 1981. «The image of the deceased spouse in remarriage of elderly widowers.». *Journal of Gerontological Social Work*, vol. 3, no 2, p. 59-70.
- Murray, Stéphanie., Josée Lake et Monique Séguin. 2001. «Intervenir auprès des enfants endeuillés». In *La relation d'aide: concepts de base et interventions spécifiques*, Line Leblanc et Monique Séguin, p. 143-169. Montréal: Éditions logiques.
- Nadon, Yves. 2006. *Ma maman du photomaton*. Laval (Québec): Les 400 coups, 32 p.
- Nagy, Maria. 1948. «The child's theories concerning death». *Journal of Genetic Psychology*, vol. 73, p. 3-27.
- Nickman, Steven L., Phyllis R. Silverman et Claude Normand. 1998. «Children's construction of a deceased parent: The surviving parent's contribution». *American Journal of Orthopsychiatry*, vol. 68, no 1, p. 126-134.
- Normand, Claude L., et Brian L. Mishara. 1992. «The development of the concept of suicide in children». *Omega: Journal of Death and Dying*, vol. 25, no 3, p. 183-203.
- Normand, Claude L., et Monique Séguin. 2008. «Entre la présence et l'absence: conception et relation du jeune endeuillé avec son parent décédé.». In *La mort d'un parent, le deuil des enfants.*, Michel. Hanus, p. 67-79. Paris: Vuibert.
- O'Toole, Donna. 2005. «Storytelling with bereaved children». In *Helping bereaved children: A handbook for practitioners (2nd ed.)*. Nancy Boyd Webb, p. 323-345. New York: Guilford Press.
- Orbach, Israel., Michal Weiner, Dov Har-Even et Yohanan Eshel. 1994. «Children's perception of death and interpersonal closeness to the dead person». *Omega: Journal of Death and Dying*, vol. 30, no 1, p. 1-12.

- Osterweis, Marian., Frederic Solomon et Morris Green. 1984. *Bereavement: reactions, consequences, and care*. Washington, DC.: National Academy Press, 312 p.
- Pardeck, John T. 1990. «Using bibliotherapy in clinical practice with children». *Psychological Reports*, vol. 67, no 3, p. 1043-1049.
- Pardeck, John T. 1991. «Using books to prevent and treat adolescent chemical dependency». *Adolescence*, vol. 26, no 101, p. 201-208.
- Pardeck, John T. 1994. «Using literature to help adolescents cope with problems». *Adolescence*, vol. 29, no 114, p. 421-427.
- Pardeck, John T. 1996. «Recommended self-help books for families experiencing divorce: A specialized form of bibliotherapy». *Psychotherapy in Private Practice*, vol. 15, no 3, p. 321-339.
- Pardeck, John T., et Martha J. Markward. 1995. «Bibliotherapy: Using books to help children deal with problems». *Early Child Development and Care. Special Issue: Social work practice with children*, vol. 106, p. 75-90.
- Pardeck, John T., et Jean A. Pardeck. 1993. *Bibliotherapy: A clinical approach for helping children*. Coll. «Special aspects of education, Vol. 16.». Amsterdam, Netherlands: Gordon and Breach Publishers, xiii, 146 p.
- Parkes, Colin Murray. 1972. *Bereavement; studies of grief in adult life*. New York: International Universities Press, 233 p.
- Pelham, Brett W., et Hart Blanton. 2007. *Conducting research in psychology: Measuring the weight of smoke*. Belmont: Thomson Wadsworth, 430 p.
- Pfeffer, Cynthia R., Hong Jiang, Tatsuyuki Kakuma, Judy Hwang et Michele Metsch. 2002. «Group intervention for children bereaved by the suicide of a relative». *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, vol. 41, no 5, p. 505-513.
- Pfeffer, Cynthia R., Patricia Martins, Jackie Mann et Mary Sunkenberg. 1997. «Child survivors of suicide: Psychosocial characteristics». *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, vol. 36, no 1, p. 65-74.
- Piaget, Jean. 1960. *The child's conception of the world*. Patterson, NJ: Littlefield, Adams, 408 p.

- Pouchain, Martine. 2010. *Johnny*. Paris: Sarbacane, 60 p.
- Raimbault, Alain. 2005. *Le ciel en face*. Moncton: Bouton d'or Acadie, 119 p.
- Rando, Therese A. . 1993. *Treatment of complicated mourning*. Champaign: Research Press, 768 p.
- Ratnarajah, Dorothy., et Margot J. Schofield. 2008. «Survivors' narratives of the impact of parental suicide». *Suicide and Life-Threatening Behavior*, vol. 38, no 5, p. 618-630.
- Reed, Mark D., et Jason Y. Greenwald. 1991. «Survivor-victim status, attachment, and sudden death bereavement». *Suicide and Life-Threatening Behavior*, vol. 21, no 4, p. 385-401.
- Reja, Ursa., Katja Lozar Manfreda, Valentina Hlebec et Vasja Vehovar. 2003. «Open-ended vs. close-ended questions in web questionnaires». *Developments in Applied Statistics*, vol. 19, p. 159-177.
- Riopel, Geneviève. 2006a. «Vers une compréhension de l'expérience subjective des enfants endeuillés consécutivement au suicide d'un parent dans la période des deux premières années suivant le décès». Thèse de doctorat, Montréal, Université de Montréal, 125 p.
- Riopel, Geneviève. 2006b. «L'expérience des enfants endeuillés par suicide». *Vis-à-vis*, vol. 15, no 1, p. 15-17.
- Robinson, Joanne C. 2012. «Bibliotherapy with children». In *Techniques in Grief Therapy; creative practices for counseling the bereaved*, Robert A. Neimeyer, p. 306-308. New York: Routledge.
- Rosenblatt, Paul C. 1983. *Bitter, bitter tears nineteenth-century diarists and twentieth-century grief theories*. . Minneapolis: University of Minnesota Press, 201 p.
- Rosenblatt, Paul C., et Carol Elde. 1990. «Shared reminiscence about a deceased parent: Implications for grief education and grief counseling». *Family Relations*, vol. 39, no 2, p. 206-210.
- Rossignol, Isabelle. 2010. *Il faut rester tranquille*. Paris: L'école des loisirs, 91 p.

- Rubin, Simon S. 1986. «Child death and the family: Parents and children confronting loss». *International Journal of Family Psychiatry*, vol. 7, no 4, p. 377-388.
- Rubin, Simon S. 1985. «The resolution of bereavement: A clinical focus on the relationship with the deceased.». *Psychotherapy: Theory, Research, Training and Practice.*, vol. 22, p. 231-235.
- Saldinger, Amy., Katherine Porterfield et Albert C. Cain. 2004. «Meeting the Needs of Parentally Bereaved Children: A Framework for Child-Centered Parenting». *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, vol. 67, no 4, p. 331-352.
- Sasson, Alain. 2004. *Les dimanches de verre*. Paris: L'école des loisirs, 236 p.
- Séguin, Monique., et Alain Brunet. 1999. «Les pertes et le deuil: réactions typiques et atypiques». In *Psychopathologie de l'enfant et de l'adolescent: Approche intégrative*, Emmanuel Habimana, Louise S. Éthier, Djaouida Petot et Michel Tousignant, p. 578-593. Boucherville: Gaëtan Morin Éditeur.
- Séguin, Monique., et Dolores Angela Castelli-Dransart. 2006. «Le deuil suite à un suicide; symptomatologie et choix d'intervention». In *Traité de Psychiatrie et de pédopsychiatrie de l'encyclopédie Médico-Chirurgicale (EMC)*, p. 37-500-A. Paris: Elsevier-Masson.
- Séguin, Monique., Margaret C. Kiely et Alain Lesage. 1994. «L'après-suicide, une expérience unique de deuil?». *Santé mentale au Québec*, vol. 19, no 2, p. 63-82.
- Sethi, Sujata., et Chandrashekhar Bhargava. 2003. «Child and adolescent survivors of suicide». *Crisis: The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention*, vol. 24, no 1, p. 4-6.
- Shechtman, Zipora. 1999. «Bibliotherapy: An indirect approach to treatment of childhood aggression». *Child Psychiatry & Human Development*, vol. 30, no 1, p. 39-53.
- Shechtman, Zipora. 2006. «The contribution of bibliotherapy to the counseling of aggressive boys». *Psychotherapy Research*, vol. 16, no 5, p. 631-636.
- Shepherd, Daphne., et Brian M. Barraclough. 1974. «The aftermath of parental suicide.». *British Medical Journal*, vol. 6, no 4, p. 600-603.

- Shuchter, Stephen R., et Sidney Zisook. 1988. «Widowhood: The continuing relationship with the dead spouse.». *Bulletin Menninger Clinic.*, vol. 52, no 3, p. 269-279.
- Siegel, Karolynn., et Eileen Gorey. 1994. «Childhood bereavement due to parental death from acquired immunodeficiency syndrome». *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, vol. 15, no 3, Suppl, p. S66-S70.
- Siegel, Karolynn., Frances P. Mesagno et Grace Christ. 1990. «A prevention program for bereaved children». *American Journal of Orthopsychiatry*, vol. 60, no 2, p. 168-175.
- Siegel, Karolynn., Victoria H. Raveis et Daniel Karus. 1996. «Pattern of communication with children when a parent has cancer». In *Cancer in the family*, Lea Baider, Cary Cooper et Atara DeNour, p. 109-128. New York: John Wiley & Sons.
- Silverman, Eden., Lillian Range et James C. Overholser. 1994. «Bereavement from suicide as compared to other forms of bereavement». *Omega: Journal of Death and Dying*, vol. 30, no 1, p. 41-51.
- Silverman, Phyllis R., John Baker, Cheryl-Anne Cait et Kathrin Boerner. 2003. «The effects of negative legacies on the adjustment of parentally bereaved children and adolescents». *Omega: Journal of Death and Dying*, vol. 46, no 4, p. 335-352.
- Silverman, Phyllis R., et Steven L. Nickman. 1996. «Children's Construction of Their Dead Parents.». In *Continuing Bonds: New Understanding of Grief*; Dennis. Klass, Phyllis R. Silverman et Steven L. Nickman, p. 73-86. Washington DC: Taylor & Francis.
- Silverman, Phyllis R., Steven Nickman et J. William Worden. 1992. «Detachment revisited: the child's reconstruction of a dead parent». *American Journal of Orthopsychiatry*, vol. 62, no 4, p. 494-503.
- Silverman, Phyllis R., Anita Weiner et Nava El Ad. 1995. «Parent-child communication in bereaved Israeli families». *Omega: Journal of Death and Dying*, vol. 31, no 4, p. 275-293.
- Silverman, Phyllis R., et J. William Worden. 1992. «Children's reactions in the early months after the death of a parent». *American Journal of Orthopsychiatry*, vol. 62, no 1, p. 93-104.

- Silverman, Sam M., et Phyllis R. Silverman. 1979. «Parent-child communication in widowed families.». *American Journal of Psychotherapy*, vol. 33, no 3, p. 428-441.
- Small, Arthur M., et Andrea D. Small. 1984. «Children's reactions to suicide in the family and the implications for treatment». In *Suicide: the will to live vs the will to die*, Normand Linzer, p. 151-169. New York: Human Sciences Press.
- Sridhar, Dheepa., et Sharon Vaughn. 2000. «Bibliotherapy for all: enhancing reading comprehension, self-concept, and behavior.». *Teaching exceptional children*, vol. 33, no 2, p. 74-82.
- Statistique Canada. 2012. «Suicides et taux de suicide selon le sexe et l'âge ». Statistiques Canada, CANSIM, tableau 102-0551. Consulté le 5 octobre 2012.
- Sullivan, Amie K., et Harold R. Strang. 2002. «Bibliotherapy in the Classroom: Using Literature To Promote the Development of Emotional Intelligence». *Childhood Education*, vol. 79, no 2, p. 74-80.
- Tein, Jenn-Yun., Irwin N. Sandler, Tim S. Ayers et Sharlene A. Wolchik. 2006. «Mediation of the Effects of the Family Bereavement Program on Mental Health Problems of Bereaved Children and Adolescents». *Prevention Science*, vol. 7, no 2, p. 179-195.
- Tennant, Christopher. 1988. «Parental loss in childhood: Its effect in adult life». *Archives of General Psychiatry*, vol. 45, no 11, p. 1045-1050.
- Vallerand, Robert J., et Ursula Hess. 2000. *Méthodes de recherche en psychologie*. Boucherville: Gaëtan Morin, 589 p.
- Viorst, Judith. 2003. *Les renoncements nécessaires: tout ce qu'il faut abandonner en route pour devenir adulte*. Paris: Pocket, 507 p.
- Wagner, Katharine G., et Lawrence G. Calhoun. 1991. «Perceptions of social support by suicide survivors and their social networks». *Omega: Journal of Death and Dying*, vol. 24, no 1, p. 61-73.
- Webb, Nancy Boyd. 2002a. «Counseling and therapy for the bereaved child». In *Helping bereaved children: A handbook for practitioners (2nd ed.)*. Nancy Boyd Webb, p. 247-264: Guilford Press, New York, NY, US.

- Webb, Nancy Boyd. 2002b. *Helping bereaved children: A handbook for practitioners (2nd ed.)*. New York: Guilford Press, 408 p.
- Webb, Nancy Boyd. 2005. «The child and death». In *Helping bereaved children: a handbook for practitioners (2nd ed)*, Nancy Boyd Webb, p. 3-18. New York: Guilford Press.
- Weller, Ronald A., Elizabeth B. Weller, Mary A. Fristad et Jennifer M. Bowes. 1991. «Depression in recently bereaved prepubertal children». *American Journal of Psychiatry*, vol. 148, no 11, p. 1536-1540.
- Winnicott, Donald Woods. 1971. *Jeu et réalité; l'espace potentiel*. Paris: Gallimard, 212 p.
- Worden, J. William. 1996. *Children and grief: when a parent dies*. New York: The Guilford Press, 225 p.
- Worden, J. William. 2009. *Grief counseling and grief therapy; a handbook for the mental health practitioner* New York: Springer Publishing Company 314 p.
- Worden, J. William., et Phyllis R. Silverman. 1996. «Parental death and the adjustment of school-age children». *Omega: Journal of Death and Dying*, vol. 33, no 2, p. 91-102.
- Wright, Barry., et Ian Partridge. 1999. «Speaking ill of the dead: Parental suicide as child abuse». *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, vol. 4, no 2, p. 225-231.
- Zambelli, Grace C., et Arnold P. DeRosa. 1992. «Bereavement support groups for school-age children: Theory, intervention, and case example». *American Journal of Orthopsychiatry*, vol. 62, no 4, p. 484-493.