

« Quand j'ai une boule  
de tristesse au cœur,  
il faut que ça sorte »

*Les stratégies d'adaptation déployées  
par les enfants endeuillés d'un parent*

**Catherine Allard-Bergeron**

*Travailleuse sociale, diplômée de la maîtrise en travail social,  
École de travail social et de criminologie,  
Université Laval, Québec, Canada*  
Catherine.Allard-Bergeron.ciussccn@ssss.gouv.qc.ca

**Kévin Lavoie**

*Professeur agrégé, École de travail social et de criminologie,  
Université Laval, Québec, Canada*  
kevin.lavoie@tsc.ulaval.ca

---

**RÉSUMÉ**

Le présent article documente les stratégies adaptatives d'enfants endeuillés d'un parent, c'est-à-dire les mécanismes déployés pour faire face au stress généré par un tel événement au sein de la famille. Six entrevues individuelles avec des enfants québécois âgés de 7 à 11 ans ont été réalisées, de même qu'un groupe de discussion réunissant six intervenantes sociales spécialisées en matière de deuil à l'enfance. Les stratégies d'adaptation identifiées ont différentes visées selon le besoin ressenti. Certaines visent le réconfort, alors que d'autres permettaient de se défouler ou d'exprimer des émotions socialement répréhensibles telles que la colère. Certaines stratégies visent à se sentir près du défunt malgré son absence. L'âge de l'enfant et les circonstances du décès du parent sont des éléments de contexte à prendre en considération. Les résultats montrent que le deuil est un processus singulier pour chaque

enfant, qui évolue à travers le temps, et pour lequel les réponses varient en fonction des caractéristiques de l'enfant et de son environnement.

**MOTS-CLÉS :** deuil, enfant, parent, adaptation, stratégies

---

**“When I feel sadness weighing on my heart, I have to get it out”: Coping strategies used by children grieving a parent**

This article documents the adaptive strategies of children who have lost a parent, i.e., the mechanisms deployed to cope with the stress generated by such an event within the family. Six individual interviews with children aged seven to eleven from Quebec were conducted, as well as a focus group with six social workers specializing in childhood grief. The coping strategies identified have different aims, depending on the perceived need. Some are aimed at comforting, while others allow the child to let off steam or express socially reprehensible emotions such as anger. Some strategies aim to help the child feel close to their deceased parent despite their absence. The child's age and the circumstances of the parent's death are contextual elements to be taken into consideration. The results show that each child experiences bereavement in a unique way, that the experience evolves over time, and that responses to it vary according to the child's characteristics and environment.

**KEYWORDS:** grief, child, parent, coping, strategies

---

**“Cuando tengo una bola de tristeza en el corazón, tengo que sacarla” : estrategias de afrontamiento utilizadas por los niños que han perdido a uno de sus padres**

Este artículo documenta las estrategias de adaptación de los niños que han perdido a uno de sus padres, es decir, los mecanismos desplegados para hacer frente al estrés generado por tal acontecimiento en el seno de la familia. Se realizaron seis entrevistas individuales a niños quebequeses entre 7 y 11 años, así como un grupo de discusión con seis trabajadores sociales especializados en duelo infantil. Las estrategias de afrontamiento identificadas tienen distintas finalidades en función de la necesidad sentida ; algunas tienen por objeto reconfortar, mientras que otras permiten al niño desahogarse o expresar emociones socialmente reprochables, como la ira. Algunas estrategias tienen como objetivo sentirse cerca del fallecido a pesar de su ausencia. La edad del niño y las circunstancias de la muerte de sus padres son elementos contextuales que deben tenerse en cuenta. Los resultados muestran que el duelo es un proceso singular para cada niño que evoluciona con el tiempo y cuyas respuestas varían en función de las características del niño y de su entorno.

**PALABRAS CLAVE :** duelo, niño, padre, afrontamiento, estrategias

---

## Introduction

Le décès d'un parent durant l'enfance représente l'une des plus grandes situations d'adversité qu'un individu puisse vivre au cours de sa vie. En effet, le fait d'être confronté à la mort à un jeune âge constitue un événement bouleversant, voire parfois traumatique, qui entraîne des répercussions pouvant marquer durablement la vie de l'enfant (Romano, 2017), tant sur le plan identitaire que sur celui des liens affectifs noués avec l'entourage à l'âge adulte (McHugh, 2012). En raison du lien d'attachement qui unit un enfant à son parent, la rupture de ce lien peut entraîner un vide important. Le décès d'un parent vient aussi faire disparaître chez l'enfant l'illusion sécurisante et naïve que ses parents sont immortels (Jacquet-Smailovic, 2011).

Sujet tabou en Occident s'il en est, la mort suscite souvent des émotions vives et un inconfort associé à la souffrance (Bussièrès, 2007). Ce malaise généralisé face à la mort vient complexifier l'accompagnement du mourant, mais également le soutien offert à l'entourage. Il est d'autant plus grand lorsque le deuil est vécu à un jeune âge (Romano, 2007). Ce dernier est longtemps demeuré un sujet d'adultes dont les enfants étaient exclus. Encore aujourd'hui, les enfants sont parfois mis à l'écart, en raison de la tristesse causée par le décès d'un parent et par un désir de protection de la part des adultes (Hanus et Sourkes, 2002 ; Lapierre, 2013). Or, l'importance d'éviter le secret et de parler de la mort avec les enfants est de plus en plus reconnue socialement, de même que sur le plan clinique (Clément, 2018 ; Romano, 2020).

Le deuil chez les jeunes est une problématique émergente dans différents domaines scientifiques et professionnels. Pendant longtemps, les spécialistes se sont même opposés à l'idée qu'un enfant puisse vivre un processus de deuil, et ce, sous prétexte qu'il ne possédait pas la maturité cognitive et les capacités émotionnelles pour y faire face en raison de son jeune âge (Deutsch, 1937). C'est d'ailleurs pour cela que le vécu des jeunes endeuillés est longtemps resté inexploré et que les services sociaux à l'enfance et à la famille sont, encore de nos jours, peu adaptés à cette réalité (Masson, 2019). Pourtant, le deuil durant l'enfance touche chaque année un nombre important de jeunes. En décembre 2020, douze mille cent trente-et-un jeunes Québécois de moins de 18 ans étaient admissibles à la rente d'orphelin à la suite de la perte d'un parent (Drolet, 2021).

Face à l'adversité, les enfants développent des stratégies adaptatives afin d'affronter les situations stressantes (Dumont et Plancherel, 2001). Les enfants et les adolescents possèdent une certaine capacité d'adaptation et font preuve de résilience lors du décès d'un proche (Bélanger, 2018). En contexte de deuil d'un parent, ces stratégies sont modulées selon les ressources disponibles, mais aussi selon la présence de facteurs de protection tels qu'une relation sereine avec l'entourage familial, un lien d'attachement sécuritaire avec l'autre parent, une vie sociale avec des pairs et le soutien des proches (Jiao, Chow et Chen, 2020 ; Romano, 2017). Néanmoins, peu de recherches se sont penchées sur le processus de deuil des personnes mineures, a fortiori des enfants. Les écrits disponibles actuellement proposent surtout des témoignages rétrospectifs d'adultes ayant vécu le décès d'un parent pendant l'enfance.

## Présentation de la recherche

Le présent article présente les résultats d'une étude qualitative et exploratoire portant sur les réalités des jeunes endeuillés d'un parent et, plus particulièrement, sur leurs stratégies d'adaptation. La recherche s'inscrit dans une approche centrée sur l'enfant (Côté, Lavoie et Trottier-Cyr, 2020), puisqu'elle reconnaît l'importance et la pertinence d'impliquer les enfants face aux sujets qui les concernent directement, tout en prenant acte des enjeux éthiques et des défis méthodologiques qu'une telle démarche recèle. Ancrée dans la discipline du travail social, cette contribution empirique offre l'occasion de reconnaître l'agentivité des enfants endeuillés, en considérant ces derniers comme des acteurs réflexifs en mesure de contribuer à la construction des savoirs.

L'adaptation au deuil durant l'enfance est à la fois influencée par des caractéristiques de l'enfant et par des facteurs environnementaux. Pour en capter l'expérience singulière et mettre en évidence son caractère évolutif, la présente recherche combine le modèle bioécologique (Bronfenbrenner, 1979) et la théorie transactionnelle du stress (Lazarus et Folkman, 1984). Selon Lazarus et Folkman (1984), l'adaptation (ou *coping*) est « la mise en place d'efforts cognitifs et comportementaux destinés à gérer des demandes spécifiques évaluées

comme étant ardues ou dépassant les capacités d'une personne » (p. 142). Les stratégies de *coping* peuvent être physiques, cognitives, affectives, verbales et spirituelles.

La démarche de recherche présentée ici comprend deux collectes de données, l'une auprès d'intervenantes sociales spécialisées en matière de deuil à l'enfance et l'autre auprès d'enfants endeuillés d'un parent. Le projet a obtenu l'approbation du Comité d'éthique de la recherche de l'université Laval.

### **Collecte de données auprès des intervenantes sociales**

Six intervenantes sociales œuvrant au sein de l'organisme Deuil-Jeunesse ont été rencontrées dans le cadre d'un groupe de discussion (*focus group*). Depuis 2007, cet organisme de la ville de Québec vient en aide aux familles qui font face à la maladie, à la disparition ou à la mort d'un proche, à la perte causée par la séparation parentale ou un abandon, par exemple. L'équipe professionnelle offre des interventions à la fois individuelles, familiales ou de groupe aux enfants, aux adolescents et aux adultes.

Au moment de l'entrevue de groupe, l'ensemble des intervenantes avaient complété (ou étaient en voie de le faire) une formation dans le domaine de la relation d'aide : parmi les six participantes, quatre avaient complété un baccalauréat (1<sup>er</sup> cycle universitaire, soit Bac + 3) ou une maîtrise en travail social (2<sup>e</sup> cycle), une possédait un baccalauréat en psychoéducation et était candidate à la maîtrise dans la même discipline, tandis qu'une autre encore en était à sa deuxième année de baccalauréat en psychologie. L'âge des intervenantes sociales variait entre 23 et 47 ans. Les années d'expérience professionnelle de ces intervenantes se situaient entre deux et vingt-cinq ans, la moyenne étant de huit ans et demi. Sur le plan des problématiques ou des populations constituant leur bagage professionnel, les domaines d'intervention identifiés étaient variés (deuil, intervention de crise, santé mentale, séparation parentale, soutien face à la maladie grave, réadaptation physique et déficience intellectuelle). Leur soutien psychosocial était offert sous forme d'interventions individuelles et de groupe ou encore d'écoute téléphonique.

Nous avons amorcé la rencontre de groupe par l'entremise d'une activité. Sur un tableau, des cercles étaient dessinés autour de l'enfant. Basés sur le modèle bioécologique (Bronfenbrenner, 1979), ces cercles représentaient les différents systèmes qui gravitent autour de l'enfant endeuillé. En nous appuyant sur leurs observations de terrain et leurs savoirs d'expérience, nous demandions aux intervenantes de noter des stratégies d'adaptation déployées par les jeunes sur des papiers adhésifs (Post-it) et de les apposer dans les différents systèmes entourant l'enfant. Cette activité a permis d'illustrer concrètement le processus d'adaptation du jeune en relation avec son environnement. Les intervenantes ont surtout identifié des stratégies qui touchaient à l'ontosystème (l'enfant lui-même), au microsystème (ses milieux de vie, comme la famille et l'école) et au mésosystème (liens et interactions entre les milieux de vie).

## **Collecte de données auprès des enfants endeuillés**

Des entrevues ont été menées avec des jeunes ayant perdu un parent par décès et âgés de 7 à 11 ans au moment de l'entretien. Cette tranche d'âge a été retenue, puisqu'elle marque l'émergence chez les enfants d'une vision plus approfondie et concrète de la mort (Lonetto, 1998). Pour participer à l'étude, les enfants rencontrés devaient minimalement avoir conscience du décès de leur parent ; l'annonce du décès et les rites funéraires devaient donc préalablement avoir eu lieu. Le recrutement s'est fait en collaboration avec Deuil-Jeunesse, l'organisme partenaire de la recherche, qui a transmis l'appel à participation aux familles correspondant au profil recherché.

Une lettre d'information personnalisée fut ensuite envoyée par courrier postal au domicile de l'enfant s'étant montré intéressé par l'étude. Afin de favoriser un assentiment éclairé (Côté, Trotter-Cyr, Lavoie et Pagé, 2020), cette lettre présentait le sujet de la recherche et la teneur de la participation de l'enfant à l'aide de courts énoncés accompagnés d'images. La date d'envoi de la lettre lui laissait le temps de réfléchir et évitait ainsi de le brusquer dans la prise de décision concernant sa participation. Cette façon de procéder permettait à l'enfant de prendre une décision dans un environnement connu, en compagnie de son parent.

Chaque jeune a été rencontré individuellement dans le cadre d'une entrevue d'une durée d'environ quarante-cinq minutes dans les locaux de l'organisme, à son domicile ou à distance sur une plateforme numérique. Deux filles et quatre garçons âgés en moyenne de 9 ans ont ainsi été rencontrés. Parmi ces enfants, quatre avaient perdu leur parent par suicide et deux par maladie. Pour l'ensemble des participants, le parent décédé était le père. Le tableau suivant présente les données sociodémographiques.

#### Caractéristiques sociodémographiques des enfants

Pseudonyme	Genre	Âge lors du décès	Âge lors de l'entrevue	Parent décédé	Contexte du décès du parent
Ellie	Fille	7 ans	10 ans	Père	Suicide
Gabriel	Garçon	4 ans	7 ans	Père	Suicide
Simon	Garçon	5 ans	8 ans	Père	Suicide
Olivia	Fille	2 ans	10 ans	Père	Maladie
Emmanuel	Garçon	5 ans	10 ans	Père	Suicide
Mathieu	Garçon	9 ans	11 ans	Père	Maladie

#### Traitement et analyse des données recueillies

L'analyse de contenu a été appliquée à l'ensemble des données recueillies (Bardin, 2007). Cette méthode se révèle utile et appropriée en travail social, car dans la compréhension des réalités vécues par les personnes directement concernées et celles qui interviennent auprès d'elles (Mayer et Deslauriers, 2000). La réalisation de ce processus a été établie en vertu des trois étapes formulées par Bardin (2007), soit : 1) la préanalyse, 2) l'exploitation du matériel et 3) l'analyse et l'interprétation des résultats.

Les enregistrements audio du groupe de discussion avec les intervenantes et des six entrevues avec les enfants ont d'abord été retranscrits

intégralement. La « lecture flottante » du matériau a permis de s'en imprégner et de laisser libre cours aux premières impressions. Les unités de sens ont été ensuite regroupées en thèmes et ramifiées en catégories et sous-catégories élaborées à partir des dimensions explorées lors des entrevues et centrées sur les niches écologiques (Bronfenbrenner, 1979) et les stratégies de *coping* (Lazarus et Folkman, 1984). Ce processus de codification a mené à l'analyse des données, qui visait à dégager les idées principales, déceler les liens entre les idées, rétablir la logique de leur développement et repérer la présence ou l'absence de thèmes ou de caractéristiques.

## Résultats

Une mise en dialogue des propos des intervenantes et des enfants endeuillés a été retenue pour la restitution des résultats, et ce, étant donné leurs points de vue complémentaires pour la compréhension du phénomène. Des pseudonymes ont été utilisés pour préserver l'anonymat des personnes participantes. Les résultats seront divisés en trois grandes catégories, soit l'âge de l'enfant au moment du décès, les conséquences des circonstances du décès sur l'adaptation au deuil et, finalement, les différentes stratégies d'adaptation déployées par les enfants.

## Prendre en compte l'âge de l'enfant pour comprendre l'adaptation au deuil

D'emblée, les intervenantes ont pris le soin de préciser que le jeune âge vient influencer l'expérience du deuil, comparativement à celle vécue à l'âge adulte. Il en est de même pour les stratégies d'adaptation. Cette distinction dans le vécu des membres de l'entourage du défunt peut parfois amener, selon elles, une incompréhension chez les adultes face à la réalité de l'enfant. Une pression peut être induite par les adultes lorsque les comportements de l'enfant ne répondent pas à leurs attentes d'un deuil qualifié de « normal » : « Certains adultes vont être super inquiets parce qu'un enfant ne pleure pas devant eux », remarque à ce propos Julie, une intervenante rencontrée.

De fait, aux yeux des adultes, les enfants peuvent adopter des comportements étonnants ou particuliers face à la mort. Par exemple, il n'est pas rare de voir des enfants jouer lors des rites funéraires. Selon Julie,

les enfants sont en quelque sorte en mesure de « prendre congé du deuil » en délaissant temporairement leur peine pour se changer les idées. Elle précise :

« La grande force des jeunes, c'est qu'ils sont capables de s'amuser quand même, capables de se changer les idées, d'aller jouer, d'avoir du plaisir. Contrairement aux adolescents qui vont parfois passer une journée à ne rien faire » (Julie, intervenante).

Cette observation relevée par les intervenantes fait écho aux récits des enfants. Questionné à propos des funérailles de son père, Gabriel raconte :

« Ça s'est bien passé. On pouvait lui donner un dessin sur son cercueil. Isabelle, Louis-Philippe et Maman étaient là, mais pas mon père. Il était dans le cercueil. C'était comme à l'hôpital ; il était couché, les yeux fermés. Après, quand nos amis sont arrivés, on a joué » (Gabriel, 7 ans).

## Prendre en compte les circonstances du décès

Outre l'âge de l'enfant au moment du décès, les circonstances entourant la mort du parent peuvent influencer l'adaptation au deuil, qu'il s'agisse d'un décès soudain et imprévu (un accident ou un suicide, par exemple) ou prévisible (étant donné la maladie et les soins palliatifs). Sur l'ensemble des enfants rencontrés, quatre étaient endeuillés à la suite d'un suicide. L'imprévisibilité du geste fut marquante pour chacun. Comme l'indique Alice, une intervenante, les enfants ne sont alors pas conscients de leurs derniers moments vécus avec leur parent. Si le dernier moment est un conflit, l'enfant ressent parfois un sentiment de culpabilité, ce qui peut selon elle être nuisible pour son processus d'adaptation :

« Un autre facteur négatif, c'est aussi tes derniers moments avec la personne. On n'en parle pas souvent, mais si, la dernière fois, tu t'es chicané avec ton père et qu'il est mort d'un AVC dans son sommeil, là, ça va avoir un impact toute ta vie sur ton deuil. Le fait de ne pas avoir le temps de s'excuser, donc d'être en paix » (Alice, intervenante).

Le sentiment de culpabilité relevé par Alice est un sentiment vécu par Emmanuel, qui explique avoir regretté ses paroles de rejet à la suite du décès par suicide de son père, survenu lors d'une période tendue entre les membres de la famille séparée :

« Un moment donné, j'étais fâché contre mon père. J'ai dit : "Je ne veux plus être avec toi." Je suis allé chez ma mère et, après, je suis retourné chez mon père. Quand j'ai su la vraie raison [suicide], je me suis dit que je n'aurais jamais dû dire ça. Quand elle a dit la réponse [décès par suicide], j'étais fâché après moi et triste » (Emmanuel, 10 ans).

Les enfants concernés ont également verbalisé avoir ressenti de la colère en raison du contexte du décès. Pour certains, comme Ellie, cette colère est associée à un sentiment d'abandon, voire à un certain ressentiment :

« Au début, mon père, il ne voulait pas qu'on aille le voir dans son cercueil [qu'il soit exposé], mais ma mère a décidé de l'ouvrir parce qu'il a fait une chose qu'on ne voulait pas qu'il fasse lui aussi [en se référant au suicide]. Il nous a abandonnés, donc on avait le droit [d'ouvrir le cercueil] » (Ellie, 10 ans).

Or, selon Alice, le décès par suicide n'est pas nécessairement plus traumatique qu'un autre type de décès. Selon elle, il est difficile de faire des prédictions quant à la réaction de l'enfant en fonction du type de décès, car une multitude de facteurs vient influencer la réaction, notamment l'expérience et le processus d'adaptation de l'enfant :

« Chaque type de deuil a sa particularité. Je trouve ça tannant, en vrai, les idées par rapport au suicide. De voir ton père tuer ta mère, c'est traumatisant aussi. Être dans un accident d'auto qui emporte ta mère, ça l'est aussi. Accompagner ta mère pendant des années dans une maladie. Le traumatisme peut être présent dans chacune de ces situations. Le suicide peut au contraire être un soulagement suite à une série de problèmes liés à la maladie mentale, et plein d'autres choses. Donc, je n'associe pas directement un type de décès à l'adaptation du jeune. Chacun a ses particularités. Nos jeunes sont singuliers ; ce n'est pas vrai qu'un type de deuil amène une réaction prévisible » (Alice, intervenante).

Sandrine vient d'ailleurs appuyer les propos de sa collègue en décrivant l'expérience d'une fratrie, dont les membres ont vécu le décès du parent chacun à leur façon, alors qu'on aurait pu s'attendre à des réactions et des besoins similaires :

« Je suivais une fratrie de trois enfants très proches en âge qui ont vécu le deuil par suicide de leur père, et les trois étaient totalement différents en termes de besoins. Il y en avait un qui était beaucoup dans la culpabilité. La petite voulait absolument en parler ; son autre frère pas du tout, ce n'était vraiment pas un besoin. Donc, les trois, pourtant très proches en âge, agissaient totalement différemment, en ayant les mêmes informations exactes par rapport au suicide. Mais les suivis étaient complètement différents » (Sandrine, intervenante).

Des six participants rencontrés, deux enfants étaient endeuillés par la maladie. Sur ces deux participants, l'un était assez âgé pour se souvenir de la détérioration de l'état de santé de son père, qui a mené au décès un an après l'annonce du diagnostic.

Mathieu raconte :

- « Au début, il prenait plus de temps avec nous, mais, par contre, des fois, il faisait ses affaires. Il dormait souvent avec moi et mon frère et il revenait du travail plus tôt pour nous voir avant d'aller se coucher.
- Le temps que ton père soit malade, est-ce que tu vivais des choses à l'intérieur ou tu ne t'en souviens pas beaucoup ?
- Il y a des fois où on pleurait tous les quatre ensemble » (Mathieu, 11 ans).

Comme le décrit Sandrine, la prévisibilité du décès peut permettre à la famille de planifier le départ et profiter des derniers moments passés tous ensemble :

- « Le contexte du décès peut aussi jouer. Si tu as eu le temps d'accompagner la personne, si tu as pu être avec elle jusqu'à la fin, eh bien, ça peut être très positif » (Sandrine, intervenante).

L'expérience de la maladie est particulière. La perte d'autonomie du père de Mathieu semble d'ailleurs avoir été un facteur marquant pour lui, en plus des visites à l'hôpital et des soins palliatifs à domicile. Malgré tout, il est reconnaissant des soins dont son père a pu bénéficier :

- « Et quand ton père était encore à la maison, il y avait des gens qui venaient l'aider ?
- Oui, les CLSC [centres locaux de services communautaires]. Mais j'étais à l'école, donc je ne voyais pas les intervenants. À la fin de sa vie, ils sont venus lui donner un déambulateur.
- Qu'est-ce que ça te faisait de voir qu'il marchait avec un déambulateur ?
- Il aimait courir. Ce n'était pas quelqu'un qui restait assis bien longtemps » (Mathieu, 11 ans).

Il ajoute :

- « Des fois, c'était un peu spécial de voir papa couché sur un lit d'hôpital comme ça... surtout quand il était dans le coma. Ce n'est pas que c'était spécial, c'est que c'était bizarre à voir. Puisque ça aide les gens malades, ce n'est pas un endroit bizarre [en se référant à l'hôpital], mais c'est bizarre de voir son père dans un lit d'hôpital » (Mathieu, 11 ans).

## Les différentes stratégies employées par les enfants

Selon leur âge et les circonstances du décès du parent, les enfants rencontrés ont développé des stratégies d'adaptation concrètes pour faire face au stress généré par le deuil. Effectivement, au moment de l'entrevue, tous les enfants ont été en mesure de nommer une panoplie de moyens déployés pour favoriser leur adaptation au deuil. Les stratégies avaient différentes visées selon le besoin exprimé : certaines visaient le réconfort, alors que d'autres permettaient de se défouler ou d'exprimer des émotions répréhensibles telles que la colère. D'autres avaient également pour but de se sentir près du défunt malgré son absence.

### Se rapprocher du défunt

Le fait de regarder des photos et des vidéos dans lesquelles apparaît le parent décédé ou encore celui de porter un vêtement du défunt sont des stratégies régulièrement utilisées par les enfants rencontrés. Ces derniers déploient surtout ces types de stratégies quand ils s'ennuient du défunt, pour se sentir près de celui-ci, maintenir un lien malgré l'absence. Ellie, 10 ans, soutient que le fait de regarder des vidéos de son père lui rappelle de bons souvenirs, des moments heureux partagés ensemble : « On a une vidéo dans notre ancienne maison où on dansait, et mon père dansait drôlement, et on trouvait ça drôle. Des fois, le matin, il arrivait en se déplaçant drôlement en faisant une drôle de face. J'aime ça, écouter la vidéo. »

Pour Olivia, une fillette de 10 ans, les vêtements significatifs sont gardés en souvenir par sa mère. Puisque son père est décédé alors qu'elle avait 2 ans, ces souvenirs lui permettent de maintenir un lien avec lui : « J'ai encore la petite robe des funérailles dans une garde-robe. Maman garde le linge de 2006-2009. Ce sont des souvenirs, elle n'a rien donné », raconte-t-elle.

Pour sa part, Emmanuel décrit une multitude de stratégies pour se sentir près de son père, malgré son absence. Ces stratégies l'aident à se réconforter :

« Je le mettais sur moi [parfum], parce que c'est à mon père. J'ai aussi un cœur que je mets dans ma taie d'oreiller. C'est écrit : "Je t'aime

mon crapaud.” C’est avec les cendres. Quand je dors, je mets ma main sur le cœur, et ça me rassure. J’ai aussi mis la carte de travail de mon père dans ma taie d’oreiller. Ça me fait sentir qu’il est plus proche de moi. Je traîne mon oreiller avec mes objets partout, même quand je vais chez des amis. [...] Ma sœur m’a fait un cadre de photos de moi et mon père pour me faire du bien. J’ai des photos de lui au camping, où il me regarde en souriant. On me voit aussi dans une balançoire où je riais. J’ai aussi une grande photo de lui quand il était plus jeune avec son bâton de hockey et un toutou avec le coton ouaté de mon père. Des fois, je le colle fort » (Emmanuel, 10 ans).

Certains enfants précisent qu’il s’agit de stratégies suggérées par une intervenante sociale et qui ont selon eux été bénéfiques dans leur processus de deuil :

« J’ai une grosse enveloppe chez moi. C’est écrit “personnel” sur le dessus, et ce sont des lettres que j’ai écrites quand j’avais de la peine. C’est une travailleuse sociale qui m’avait donné le truc » (Ellie, 10 ans).

« Oui, j’ai rencontré Amélie [nom d’une intervenante]. Elle me donne des trucs pour ne pas avoir trop de peine, comme de regarder des photos de lui en lui parlant » (Gabriel, 7 ans).

Bien que certains enfants mettent fin à une passion à la suite du décès parce qu’elle est associée à la perte de l’être cher et à la tristesse, d’autres vont poursuivre cette activité afin de conserver une proximité avec le défunt :

« Prends juste les passions ; pour un jeune, jouer au hockey, c’est sa passion. Peut-être que ça va faire en sorte que ça va l’aider énormément face à la mort de son père ou sa mère, par exemple. Pour un autre, c’est aussi sa passion, mais peut-être qu’il ne voudra plus du tout le faire et que ça ne l’aidera pas parce que ça lui rappelle son parent décédé. Et ces deux jeunes peuvent être aussi passionnés au départ » (Alice, intervenante).

De fait, certaines activités représentent pour les enfants un moment précieux partagé avec le défunt. Simon et Mathieu expliquent tous deux que le fait de s’adonner à certaines tâches manuelles ou de pratiquer un sport comme le hockey leur permet de se remémorer des moments empreints de complicité vécus avec leurs pères :

« Il m’a aussi appris à travailler avec mes mains, avec des outils.  
— Est-ce que ça t’arrive encore de faire des travaux manuels ?

— Oui, ça m'est arrivé il n'y a pas longtemps. Je travaille avec la plus grande des prudences, je mets des lunettes. [...] Des fois, j'ai l'impression qu'il est avec moi. Ça me donne du courage.

— Est-ce qu'il y a d'autres choses qui te donnent du courage comme ça ?

— Quand je joue au hockey sur la patinoire, parce que je suis bon au patin et il m'a appris à faire du patin » (Simon, 8 ans).

« Cette année, j'ai fendu le bois et je faisais ça aussi avec papa. Quand mon père était présent, j'étais plus jeune, donc il me montrait comment faire. Cet été, j'en ai fait plus. J'aimais ça parce que ça me rappelait papa » (Mathieu, 11 ans).

La poursuite de ces activités est une façon, selon les intervenantes rencontrées, de rendre hommage au défunt et de maintenir ce lien de proximité : « D'autres peuvent se dire : papa est dans mon cœur, il va voir que je vais faire un but [hockey] pour lui », explique Alice.

### **Parler du défunt et trouver des similitudes**

Pour une participante rencontrée, la recherche de similitudes avec le défunt semble représenter un facteur significatif. Cette recherche lui permet de maintenir un lien particulier avec le parent décédé. Les ressemblances viennent alors confirmer le lien de filiation entre l'enfant et son parent, et ce, malgré son absence : « J'ai un peu les cheveux roux, comme mon père ! [...] C'est sûrement de lui que je tiens pour le dessin, parce que ma mère n'est pas super bonne », remarque Ellie, 10 ans.

Certains enfants ont rapporté que le parent ou la fratrie leur parle beaucoup de la personne décédée, ce qui apparaît bénéfique. Pour Olivia, l'arrivée récente de sa demi-sœur a permis de discuter de souvenirs avec son père alors qu'elle était elle-même nourrisson. Ces discussions sont teintées d'émotions :

« Peux-tu m'expliquer la dernière fois que tu as pu lui en parler ?

— J'ai une petite sœur d'un mois, et, parfois, elle [sa mère] me dit que je fais les mêmes choses que ma petite sœur avec mon père. Mais quand on parle de mon père, on pleure » (Olivia, 10 ans).

### **Célébrer le défunt malgré l'absence**

Le fait de célébrer le défunt est une autre façon de se sentir près du parent malgré son absence. Tous les enfants rencontrés ont mentionné

souligner l'anniversaire du parent décédé chacun à leur façon : « C'était la fête de mon père, on a acheté un gâteau et on a célébré sa fête », explique Ellie, 10 ans. D'autres moments – la fête des pères, par exemple – sont des occasions privilégiées pour commémorer sa mémoire : « Chaque année, pour la fête des Pères, on va sur la tombe de mon père manger un plat acheté au restaurant. On apporte aussi son gâteau préféré », raconte Emmanuel, 10 ans. « On va aussi porter des fleurs parfois [au cimetière] », renchérit Olivia, 10 ans. « Le cercueil est quand même loin, à une heure de route », précise-t-elle.

### Exprimer ses émotions

La perte du parent peut amener son lot d'émotions. « Quand j'ai une boule de tristesse au cœur, il faut que ça sorte », confie justement Mathieu, 11 ans. Selon les intervenantes rencontrées, certaines stratégies d'adaptation permettent l'extériorisation et l'expression de ces émotions d'une manière socialement acceptable ou valorisée. Les intervenantes mettent surtout l'emphase sur l'importance de pratiquer une activité stimulante qui permet l'expression de ces émotions :

« Je pense que d'avoir quelque chose de porteur, tu parlais du sport, quelque chose qui t'allume, qui te stimule, c'est sûr que ça peut être aidant parce que ça peut être ta stratégie pour te changer les idées ou t'exprimer. On peut se défouler par le sport, mais il y en a qui le font d'autres façons : s'exprimer par l'art par exemple. Je pense que, de façon globale, d'avoir des intérêts, d'avoir quelque chose qui nous raccroche et qui nous donne le goût d'avancer, qui emmène de petites parcelles de bonheur, qui nous permet de nous exprimer un peu, oui, ça peut être aidant. On ne peut toutefois pas cibler le sport comme quelque chose d'aidant. C'est comme trop précis, parce que ça va varier au fur et à mesure » (Frédérique, intervenante).

« Prends juste les passions ; pour un jeune, jouer au hockey, c'est sa passion. Peut-être que ça va faire en sorte de l'aider énormément face à la mort de son père ou de sa mère, par exemple (Alice, intervenante).

L'ensemble des enfants rencontrés rapportent avoir ressenti de la colère et de la peine à la suite du décès de leur parent. Ils expliquent que d'extérioriser leurs émotions fut bénéfique pour se calmer et se consoler. Plusieurs stratégies ont été déployées dans cette visée :

« Parfois, j'essaie de penser à autre chose et, parfois, je pleure. Et aussi parfois, pour me calmer, je fais de la couture, du bricolage, du tricot » (Olivia, 10 ans).

« J'utilisais une balle molle pour m'occuper. Je lançais des fois la balle aux murs. Ça me faisait du bien, je n'avais plus de colère. Je parle aussi de ma colère à ma mère » (Gabriel, 7 ans).

« C'est une boîte avec plein de petits coupons dedans. Quand je me sentais triste, je piochais un coupon pour me consoler.

— Et sur les coupons, qu'est-ce que tu pouvais lire ?

— Des fois, c'était des choses que j'aimais faire : regarder des photos de papa, aller dehors, aller quelque part dans la forêt, jouer à des sports. Moi, j'aime vraiment les sports. J'aime courir souvent et faire de l'escalade. La course, ça me calme » (Mathieu, 11 ans).

La colère que les enfants peuvent ressentir face à la perte peut les pousser à adopter des comportements agressifs. Olivia, par exemple, reconnaît que la perte de son père lui faisait vivre un tourbillon d'émotions qu'elle ne parvenait pas toujours à apaiser, ce qui l'amenait à être très agressive et réactive envers autrui :

« Je venais de temps en temps [à l'organisme] parce que j'avais de la misère à contrôler ma colère.

— De la misère à contrôler ta colère... comment ?

— Par exemple, si quelqu'un me tape, moi je donne une grosse claque » (Olivia, 10 ans).

De même, Ellie a adopté des comportements violents à la suite du décès de son père. Plutôt que de jurer, dire des choses qu'elle aurait pu regretter ou frapper les autres, elle indique avoir mis des stratégies en place, avec l'aide de l'équipe d'intervention, afin de canaliser sa colère d'une manière qui est socialement acceptable :

« Quand je suis en colère, je donne des coups dans un punching bag. Des fois, je frappais aussi des gens, et ça leur faisait mal. Mais quand j'ai commencé le football [rugby européen], c'était accepté parce qu'on avait des protections. [...] Je peux aussi faire un barbeau [dessin confus] ou écrire un défaut de mon père ou quelque chose que je n'ai pas aimé de lui. Je le chiffonne [le bout de papier]. Ensuite, je le déchiffonne, je le déchire, je le mets dans un sac et je le jette. Des fois, je mettais le papier dans les toilettes et je le flushais. Mes frères font la même chose quand ils ont beaucoup de colère. C'est mieux que de sacrer ou de dire des choses qui font du mal aux autres » (Ellie, 10 ans).

Comme relaté dans cet extrait, la pratique sportive, tel le football, a permis à Ellie de se défouler dans un cadre où un certain niveau d'agressivité est permis. Il en est de même pour le dessin et l'écriture, deux autres médiums proposés par les intervenantes pour exprimer son animosité au-delà de la parole et des gestes violents.

## S'isoler pour trouver un certain apaisement

Certains enfants ont exprimé que le fait de se mettre en retrait du monde extérieur fut favorable pour s'adapter à leur deuil. Or, l'isolement social peut effrayer les adultes, car on l'associe souvent à un comportement préoccupant et dysfonctionnel. Pourtant, comme le révèle Sandrine, une intervenante, certains enfants ont besoin de moments de solitude afin de s'adapter à la perte :

« Hier dans le groupe, on avait la jeune pour qui sa mère disait : "Mets-toi un sourire dans la face", mais, elle, à ce moment-là, elle avait besoin de s'isoler dans sa chambre. L'isolement fait très peur aux adultes, mais elle avait besoin d'être dans sa bulle à ce moment-là. Elle ne se sentait pas comprise, elle avait l'impression que les gens autour d'elle étaient inquiets » (Sandrine, intervenante).

Uniquement par leur présence, les animaux peuvent aussi représenter une source de réconfort significative pour l'enfant. Une fillette mentionne que son animal de compagnie l'a beaucoup aidée dans son cheminement et l'apaisait lorsqu'elle se sentait moins bien : « Quand je suis triste, je prends mon lapin, je l'enroule dans sa doudoune et je le colle contre moi. Il s'en fout, lui », confie Olivia, 10 ans. Comme l'indique Julie, une intervenante, la connexion entre l'enfant et l'animal peut permettre d'apaiser l'enfant en période de stress : « Hier, une des filles nommait qu'elle avait une forte connexion avec son cheval, qu'elle ne pensait plus à rien quand elle faisait du cheval. La façon qu'elle l'exprimait montre qu'elle avait une connexion avec son animal ».

## Se sentir compris par des gens qui ont vécu une perte semblable

Certains enfants rencontrés semblaient rassurés par le fait de côtoyer des gens qui avaient vécu une perte semblable. Bien qu'il soit difficile pour eux de reconnaître l'effet que cela leur procurait, ils mentionnaient d'emblée que d'autres personnes avaient vécu la même expérience et se sentaient alors compris. Le fait d'apprendre qu'ils n'étaient pas seuls à vivre cette réalité et qu'ils pouvaient s'identifier à d'autres individus était un élément marquant pour eux, ce facteur étant perçu positivement :

« En fait, la TES [technicienne en éducation spécialisée], elle avait vécu la même chose avec ses deux meilleurs amis.

— Elle avait perdu ses deux meilleurs amis ?

— Oui, de la même façon.

— Ça t'a fait quoi d'apprendre qu'ils étaient morts de la même façon [par suicide] ?

— Ça m'a réconforté. Elle pouvait comprendre ce que ça faisait, par quelqu'un qu'elle aimait vraiment » (Emmanuel, 10 ans).

« Elle [l'intervenante de l'organisme] a vécu un décès par maladie elle aussi ?

— C'est ça. Ça aide parce qu'elle sait c'est quoi le deuil.

— Elle te comprenait ?

— Oui » (Olivia, 10 ans).

## Des stratégies d'adaptation personnalisées et évolutives

Les enfants rencontrés étaient âgés de 7 à 11 ans au moment de l'entrevue ; deux à neuf ans nous séparaient du décès du parent. Les enfants ont mentionné avoir utilisé certaines stratégies lorsque la crise était plus aiguë, puis avoir délaissé certaines stratégies pour en déployer des nouvelles. Ces dernières peuvent être amenées à évoluer au fil du temps. Les intervenantes rencontrées suggèrent qu'une stratégie qui fonctionnait il y a deux ans n'est peut-être plus efficace aujourd'hui. Selon elles, ce phénomène est normal. Ici, Sandrine décrit le caractère évolutif des stratégies d'adaptation en rapportant les propos d'un enfant :

« Hier, dans mon groupe, la première question que j'ai posée, c'est : "Qu'est-ce qui a été facilitant dans votre vécu de deuil ?" La première réponse que j'ai eue, c'est : "C'est difficile de répondre parce que j'avais 11 ans et, maintenant, j'en ai 19, mais ça a changé à toutes les années de ma vie ; un moment donné, c'était plus la musique, après c'était d'écrire, parce que je comprenais de nouvelles choses, parce que ce n'était plus le même besoin." Elle n'avait pas une seule réponse à me donner : elle était toute en nuance en me disant que c'était très changeant selon les années et ce qu'elle vivait » (Sandrine, intervenante).

Comme l'explique Frédérique, puisque le deuil évolue, on doit aussi s'attendre à ce que les besoins se transforment au fil du temps. Le fait de reconnaître ce phénomène vient normaliser les émotions

changeantes de l'enfant et le déploiement de nouvelles stratégies d'adaptation :

« C'est justement de dire que le deuil évolue et qu'il faut reconnaître qu'il peut y avoir des besoins dans deux ans, quatre ans, dix ans. Ça aide à voir que c'est normal et qu'il y a des stratégies d'adaptation différentes qui aident au fur et à mesure » (Frédérique, intervenante).

## Discussion

Si l'identification de stratégies d'adaptation adaptées à ses besoins propres n'est pas chose simple à l'âge adulte, elle est d'autant plus ardue durant l'enfance, et ce, en raison du jeune âge et de l'accès limité à certaines ressources (connaissances, capacités émotionnelles et cognitives, sources de soutien, etc.). Il importe alors, selon les intervenantes rencontrées, d'enseigner différents types de stratégies aux enfants, afin de garnir leur « coffre à outils » et ainsi favoriser leur adaptation. Comme le souligne Jacquet-Smailovic (2011) à propos du caractère évolutif de l'adaptation au deuil, cela ne signifie pas nécessairement que les enfants ont déployé plus de stratégies dans les mois qui ont suivi le décès du parent. Certains enfants vont plutôt vivre des soubresauts du décès quelques années après la mort, selon leur compréhension des événements. Non seulement les stratégies vont évoluer, mais elles sont singulières d'une personne à l'autre. Dans ce contexte, l'enseignement de différents types de stratégies d'adaptation est également bénéfique afin que l'enfant puisse cibler celles qui lui conviennent à un moment donné. Comme le soutient Bélanger (2018), la multiplicité des stratégies déployées contribue à l'adaptation. Or, les stratégies adaptatives sont complémentaires au soutien social offert. Le soutien dont l'enfant dispose représente un facteur de protection considérable, d'où la nécessité d'assurer la mise en place d'un filet social pouvant soutenir l'enfant endeuillé.

Il importe de rappeler que quatre des six participants rencontrés étaient endeuillés d'un père dans un contexte de suicide. Chez ces enfants endeuillés à la suite d'un suicide, l'incompréhension vis-à-vis du geste posé et le sentiment de colère envers le défunt sont plus prononcés que chez les deux autres participants endeuillés à la suite d'un décès par maladie, ce qui rejoint les observations de Paesmans (2005). Les enfants ayant vécu un deuil à la suite d'un suicide déclaraient

avoir mis en place des stratégies d'adaptation visant l'expression de la colère de façon socialement acceptable (frapper dans un sac de boxe ou lancer une balle contre un mur, par exemple). Certains enfants disaient avoir ressenti un sentiment d'abandon après la perte. L'un des participants avait quant à lui déclaré s'être longtemps demandé s'il avait pu contribuer au décès de son père en le blessant d'une façon ou d'une autre, un sentiment de culpabilité souvent associé au deuil en raison d'un suicide (CAMH, 2021 ; Hanus, 2008). Bien que les deux autres participants endeuillés à la suite d'un décès par maladie aient également annoncé ressentir de la colère, celle-ci était plutôt axée sur le sentiment d'injustice et d'impuissance face à la mort elle-même. Cela fait écho aux travaux de Stoebe et Schut (2001) et de McHugh (2012) soutenant l'idée selon laquelle l'expérience du deuil varie selon le sens donné à la mort et à la perte.

Par rapport aux limites de cette recherche, étant donné le partenariat avec l'organisme Deuil-Jeunesse, tous les enfants rencontrés avaient déjà bénéficié d'un suivi professionnel. De ce fait, il est possible d'avancer que les participants avaient déjà mis leur expérience de deuil en mots avant la rencontre, ce qui a pu faciliter l'expression de leur vécu. Le fait d'avoir déjà bénéficié d'un suivi par le passé leur a permis d'entamer une certaine réflexion face au deuil. Les enfants qui ont fréquenté l'organisme ont pu avoir accès à certaines informations entourant les stratégies d'adaptation, ce qui peut représenter une « longueur d'avance » sur les autres enfants n'ayant pas bénéficié de ce type de soutien. De plus, l'ensemble des enfants rencontrés étaient endeuillés d'un père, ce qui peut représenter une limite. Effectivement, il est possible de croire que le deuil d'un parent peut être vécu différemment selon le genre. Le réconfort et l'écoute offerts par la mère ont représenté un facteur central à l'adaptation au deuil chez les enfants rencontrés. Sachant que les hommes sont moins susceptibles de solliciter de l'aide que les femmes, ou le font plus tardivement (Tremblay, Déry et Roy, 2022), les enfants dont le parent survivant est une mère sont probablement davantage en contact avec les services d'aide, ce qui peut contribuer favorablement à leur adaptation au deuil.

## Conclusion

La recherche qualitative et de type exploratoire présentée a permis de mettre en lumière que les stratégies déployées par les enfants à la suite du décès d'un parent étaient variées. En effet, les enfants sont en mesure de déployer plusieurs types de stratégies pour faire face au stress engendré par le décès d'un parent. Toutefois, l'enfant a parfois besoin d'une « guidance » pour identifier les bonnes stratégies, selon le besoin ressenti et les circonstances. En outre, l'étude soulève l'importance d'impliquer les enfants et de recueillir leur point de vue sur les sujets qui les concernent. Plutôt que d'intervenir uniquement auprès des parents, il serait bénéfique d'adapter notre approche de manière écosystémique afin d'intervenir auprès des jeunes en collaborant avec des acteurs de leurs milieux de vie. Puisque l'adaptation au deuil de l'enfant passe spécialement par le soutien social, il s'avère pertinent d'accompagner et d'outiller également les adultes – dont le personnel scolaire (Caputo et Cherblanc, 2022) – pour qu'ils puissent à leur tour soutenir l'enfant dans son processus de deuil. Par ailleurs, il serait pertinent de repenser la formation initiale en travail social et dans les autres métiers de la relation d'aide pour qu'elle intègre une formation spécifique qui aborderait le deuil chez l'enfant (Julier-Costes, Feige et Grange, 2020). De ce fait, les intervenants sociaux seraient mieux outillés pour faire face à cette problématique.

## RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Bardin, L. (2007). *L'analyse de contenu* (11<sup>e</sup> éd.). Paris : PUF.
- Bélanger, È. (2018). *L'expérience vécue par les adolescents endeuillés en processus de résilience*. Thèse de doctorat, université Laval, Québec, Canada.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Harvard: Harvard University Press.
- Bussièrès, L. (2007). Rites funèbres et sciences humaines : synthèse et hypothèses. *Nouvelles perspectives en sciences sociales*, 3(1), p. 61-139.
- CAMH, Centre de toxicomanie et de santé mentale (2021). *Ce que les enfants veulent savoir... lorsqu'un de leurs parents se suicide*. Répéré à <https://www.camh.ca/fr/info-sante/guides-et-publications/de-leurs-parents-se-suicide>
- Caputo, C. et Cherblanc, J. (2022). *Mort et deuils en milieux scolaires. Regards pédagogiques, cliniques et socioculturels*. Neuchâtel : Éditions Alphil, Presses universitaires suisses.
- Clément, M.-N. (2018). Comment te dire ?... Parler de la mort avec les tout-petits. *Jusqu'à la mort, accompagner la vie*, 132, p. 23-34.

- Côté, I., Lavoie, K. et Trottier-Cyr, R.-P. (2020). *La recherche centrée sur l'enfant. Défis éthiques et innovations méthodologiques*. Presses de l'université Laval.
- Côté, I., Trottier-Cyr, R.-P., Lavoie, K. et Pagé, G. (2020). Obtenir l'assentiment de personnes mineures, un jeu d'enfant ? Principes éthiques, stratégies méthodologiques et constats tirés d'une étude sur la diversité familiale. Dans I. Côté, K. Lavoie et R.-P. Trottier-Cyr (dir.), *La recherche centrée sur l'enfant : défis éthiques et innovations méthodologiques* (p. 139-165). Québec : Presses de l'université Laval.
- Deutsch, H. (1937). Absence of Grief. *Psychoanalytic Quarterly*, 6(1), p. 12-22
- Drolet, V. (2021). *Statistiques 2020 du régime de rentes du Québec*. Québec : Retraite Québec.
- Dumont, M. et Plancherel, B. (2001). *Stress et adaptation chez l'enfant*. Québec : Presses de l'université du Québec.
- Hanus, M. (2008). Le deuil après suicide. *Perspectives psy*, 47, p. 350-358.
- Hanus, M. et Sourkes, B. M. (2002). *Les enfants en deuil. Portraits du chagrin*. Paris : Éditions Frison-Roche.
- Jacquet-Smailovic, M. (2011). Les conséquences d'un deuil dans l'enfance à moyen et à long terme. *Revue internationale de soins palliatifs*, 26(1), p. 16-21.
- Jiao, K., Chow, A. et Chen, C. (2020). Dyadic Relationships Between a Surviving Parent and Children in Widowed Families: A Systematic Scoping Review. *Family Process*, 60(3), p. 888-903.
- Julier-Costes, M., Feïge, C. et Grange, J. (2020). (Sur)vivre à la perte précoce de son (ses) parent(s) : expériences et répercussions de l'orphelinage. *Recherches familiales*, 17(1), p. 35-44.
- Lapierre, A. (2013). *Pratiques actuelles et souhaitées autour de la mort et du deuil en CPE. Points de vue d'acteurs-clés*. Mémoire de maîtrise, université du Québec à Montréal, Québec, Canada.
- Lazarus, R. S. et Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer.
- Lonetto, R. (1998). *Dis, c'est quoi quand on est mort ? L'idée de la mort chez l'enfant*. Paris : Eshel.
- Masson, J. (2019). *Accompagner un jeune en deuil* (3<sup>e</sup> éd.). Montréal : Trécaré.
- Mayer, R. et Deslauriers, J.-P. (2000). Quelques éléments d'analyse qualitative. L'analyse de contenu, l'analyse ancrée, l'induction analytique et le récit de vie. Dans R. Mayer, F. Ouellet, M.-C. Saint-Jacques et D. Turcotte (dir.), *Méthodes de recherche en intervention sociale* (p. 159-189). Montréal : Gaëtan Morin Éditeur.
- McHugh, J. (2012). *L'influence d'un deuil pendant l'enfance sur les choix de vie des adultes qui l'ont vécu*. Mémoire de maîtrise, université Laval, Québec, Canada.
- Paesmans, C. (2005). Les enfants en deuil par suicide. Approches individuelle et systémique. *Études sur la mort*, 127(1), p. 101-115.
- Romano, H. (2007). L'enfant face à la mort. *Études sur la mort*, 131(1), p. 95-114.
- Romano, H. (2017). Deuil adapté et deuil traumatique chez l'adolescent. *Frontières*, 29(1).
- Romano, H. (2020). Il était une fois la mort. *Dialogue*, 228, p. 101-119.
- Tremblay, G., Déry, F. et Roy, J. (2022). La santé des hommes au Québec. Dans J.-M. Deslauriers, G. Tremblay, S. Genest Dufault, D. Blanchette et J.-Y. Desgagnés (dir.), *Regards sur les hommes et les masculinités : comprendre et intervenir* (2<sup>e</sup> éd., p. 279-303). Québec : Presses de l'Université Laval.