



Suggestions de livres pour adolescent en deuil

1- Allemand-Baussier, S. (2008). *La Mort, pourquoi on n'en parle pas?* Paris: De la Martinière Jeunesse.

Adolescents. Quand un parent ou un ami meurt, la mort nous laisse démunis, sans voix. À quoi sert la mort? Où va l'esprit quand le corps cesse de vivre? Est-ce grave si on ne pleure pas? Comment surmonter sa peine? etc. Un livre pour aider les jeunes à accepter la réalité de la mort, parce qu'elle est une étape normale de la vie. Oxygène est une collection qui est conçue pour aider les adolescents à apprivoiser et dédramatiser ce qu'ils vivent au quotidien.

2- Association LocoMotive. (2003). *Vivre et grandir sans toi : témoignages de frères et sœurs endeuillés.* Grenoble: Glénat.

Adolescents - Adultes. Ce livre retrace les travaux menés lors d'un week-end par des enfants endeuillés et des adultes – psychothérapeutes, art-thérapeute, musicien – en vue de faciliter l'expression et la communication sur leur deuil.

3- Canfield, J., & et al. (2001). *Bouillon de poulet pour l'âme des ados: Coffragants.*

Dès 12 ans. Bouillon de poulet pour l'âme des ados est un guide de survie qui t'aidera à traverser avec succès ces années trépidantes sans perdre ton sens de l'humour ni ton équilibre. Cet ouvrage te propose des histoires sur de multiples sujets: l'amitié et l'amour, l'importance de croire en l'avenir, le respect de soi et des autres, la façon de surmonter des épreuves comme la mort, le suicide et les chagrins d'amour. *Bouillon de poulet pour l'âme des ados* sera pour toi comme un ami qui comprend ce que tu ressens, sur qui tu peux compter et qui t'encourage dans les moments difficiles.

4- Canfield, J., & et al. (2002). *Bouillon de poulet pour âme des ados II. Montréal: Sciences et culture.*

Dès 12 ans. Tu y trouveras des histoires qui t'aideront à faire face à un monde où vivre semble de plus en plus difficile. Les auteurs te proposent des histoires sur l'amour, l'amitié et la façon de surmonter les épreuves, ainsi que des récits extraordinaires d'ados sur l'apprentissage, le pouvoir de changer les choses et la poursuite de ses rêves. Comme dans le premier volume, tu ne trouveras pas dans Bouillon de poulet pour l'âme des ados II de discours d'adultes te disant quoi faire et ne pas faire. Ce livre est plutôt rempli de témoignages d'adolescents qui partagent avec toi leurs expériences pour t'aider à accepter la vie, à devenir la meilleure personne possible, à être heureux d'être qui tu es et à t'aimer – peu importe ce qui arrive. Ces récits te montreront que, aussi difficile que te paraisse

ta situation, tu peux surmonter les coups durs. Tu découvriras que, même si tu te sens très seul, tu n'es jamais seul.

5- Chalifour, F. (2006). *Le fils du pendu: Toundra.*

Dès 12 ans. Le père de François s'est suicidé. Cette épreuve bouleverse l'adolescent, qui se sent coupable de ne pas avoir été un meilleur fils, et qui doit réapprendre à vivre sans son père. Les amis, la famille et une découverte inattendue aideront François à se réconcilier avec la vie.

6- Goralezky, P. (2004). *Pourquoi faut-il mourir un jour? Saint-Lambert Dominique et Compagnie.*

9 -15 ans. Dans nos sociétés, la mort reste souvent un sujet tabou qui donne froid dans le dos, qui fait peur, alors qu'en d'autres temps et sur d'autres continents, elle a eu une aura mystérieuse et fascinante ou n'est pas vécue dans la tristesse. Cet " Essentiel Milan Junior ", par une triple approche - historique, géographique et psychologique -, va te montrer que la mort fait partie du cycle de la vie, et qu'à ce titre, il est important d'en parler. Une fleur, un animal, un humain naît, grandit et meurt. La mort, nous y serons tous confrontés un jour. Il faut donc oser aborder la cérémonie des obsèques, l'enterrement, le recueillement. Oser parler de la souffrance au fond du cœur comme une blessure, du deuil. Ne pas retenir ses larmes, accepter les mots et les gestes pour être consolé dans son chagrin.

7- Huisman-Perrin, E. (2002). *La mort expliquée à ma fille. Paris: Seuil.*

Adolescents. Pour expliquer la mort aux jeunes adolescents, sous forme de dialogues. «Dialoguer avec un enfant sur la mort peut être une des meilleures façons de se tenir au plus près de la vie en tentant de faire reculer le silence et l'angoisse».

8- Morel, R., & Raffin, G. (1989). *Un kilo d'oranges. Paris: Éditions Hachette jeunesse.*

Dès 11 ans. Perdre sa mère d'un cancer du sein à 12 ans, puis apprendre à vivre sans elle avec son père, puis accepter une autre femme à la maison. Tout cela est possible grâce aux dernières paroles d'une mère : "N'oublie pas d'acheter des oranges !". Ce qui peut vouloir dire : Vis, ma fille ! Vis !

9- Pelletier, M. (1997). *Une Vie en éclats. Montréal: La Courte échelle.*

Dès 14 ans. J'ai 16 ans. La seule chose que j'aime de moi, c'est mon nom: Zoé. Le reste ne vaut pas la peine d'être mentionné. Avec Ybert, on s'aimait. Et je sais à quel point il était malheureux. Je l'aimais et je voulais l'aider. Ça n'a rien changé parce que, l'an dernier, il a décidé de s'en aller... C'est alors que tout s'est déclenché. Je suis devenue consciente. De tout. Surtout du fait que rien ne vaut la peine. J'ai décidé de raconter les dernières semaines de ma vie. Ce sera une histoire de mort du début à la fin, parce qu'il n'y a que ça de vrai. Une vie en éclats, un roman? Non. Un cri qui fait du bien.

10- Roberge, L. (2006). *Boule de lumière - Aide à la séparation* (éd révisée). Lévis: Fondation littéraire Fleur de Lys.

12-16 ans. Une perruche jaune et vert arrive dans le jardin d'un couple dont le fils Colin est parti en Australie. Elle élit domicile dans un frêne au fond du jardin. La fenêtre de la bibliothèque a une vue sur ce qui se passe au jardin aussi bien qu'à l'intérieur de la maison. Sa vitre, à l'œil clair et la mémoire vive, raconte les péripéties vécues par l'oiseau et le couple durant les six mois que dure l'amitié entre les personnages et cet oiseau fantastique. On y rencontre l'oncle Robert, l'ami Raymond, le voisin Romuald, tous amoureux des oiseaux. Un journaliste, amoureux des oiseaux rares à sa manière, s'intéresse à la perruche. Un écureuil lui rend visite, il aime les légumes du jardin, mais n'accepte pas les oiseaux dans son territoire. Un charognard dévore l'oiseau aimé. Une colombe triste rend hommage à son amie la perruche jaune et vert et anime son enterrement. Sa mort engendre une réflexion sur l'héritage qu'elle laisse, entre autres, le rire d'une tuque jaune dans le bleu du ciel, la tendresse du vent du sud, une marque de sagesse laissée par des boutons d'or. La perruche change de nom tout au long du récit. De Coco pour Colas, elle devient tour à tour Cocotte, Boule de Lumière puis Citron-Lime pour Ambroise et Béatrice, les parents de Colin. On gagne à aimer! Notre cœur devient plus lumineux!