

## L'adolescent endeuillé

Dr Guy Cordier  
Pédopsychiatre & Bénévole VSD5962

*« Plus la mort concerne un être cher et proche, plus elle est brutale et incompréhensible, plus est proche du moment de l'adolescence, plus ses effets psychiques sur l'adolescence semblent envahissants et délétères. » Dr Daniel MARCELLI*

L'adolescence est une période d'importants remaniements psychiques caractérisée

- par la recherche d'identité,
- la nécessaire remise en cause du modèle parental,
- l'exploration des limites.

On peut dès lors comprendre que la mort d'un proche peut retentir profondément dans cette période de grand bouleversement, de grande fragilité.

Référons-nous à Michel Hanus qui a dégagé un certain nombre de caractéristiques propres au deuil des adolescents.

### 1 .Les réactions paradoxales.

#### a) Deuil au sein de la famille

Il arrive parfois que l'absence de chagrin exprimé, l'absence de toute manifestation extérieure d'émotions, le refus à peine déguisé de s'associer aux rituels du deuil surprennent l'entourage familiale alors même que la mort concerne un de ses parents, un frère, une sœur.

C'est que dans la problématique de l'adolescence, il s'agit d'acquérir une plus grande maîtrise de ses émotions vis-à-vis de ses proches. Pleurer, tomber dans les bras des parents serait retomber dans des comportements infantiles à un moment où il lui faut au contraire s'en démarquer.

#### b) Deuil au sein d'une collectivité scolaire

Là, c'est au contraire, l'intensité des réactions émotives qui surprennent l'entourage de l'adolescent alors même que la personne décédée (un élève) n'était pas forcément proche.

C'est que dans la problématique adolescente, tout adolescent s'identifie de façon parfois massive, au groupe de copains et copines, ceux qui vivent les mêmes questionnements que lui et tout ce qui arrive à l'un d'entre eux, le touche aussi personnellement que si ça le concernait lui. C'est le phénomène *d'identification au plus fragile*.

### 2 .L'ambivalence vécue lors de la mort d'un parent.

La mort d'un parent survenant dans une période où tout adolescent se doit de remettre en cause le modèle parental auquel il s'était identifié toutes les années précédentes, génère une culpabilité inconsciente d'autant plus importante.

Or, tout travail de deuil passe par une nécessaire **idéalis**ation de la personne décédée, ce qui a pour objet de tenter d'atténuer ces si douloureux sentiments de culpabilité. Cette idéalisation est d'autant plus forte que la culpabilité inconsciente est importante. Un certain nombre d'adolescents n'auront pas d'autres choix que d'idéaliser fortement le parent disparu, remettant ainsi à plus tard le nécessaire processus de **dés-idéalisation** du modèle parental, nécessaire à l'adolescence.

On pourra voir dans ce contexte, des adolescents s'ériger en défenseurs intransigeants du parent disparu, se donner pour mission de le remplacer tant auprès de sa fratrie que du parent survivant, ce qui va retarder d'autant plus, et leur travail de deuil et leur processus d'adolescence.

### 3 . Le risque suicidaire

Il y a chez tout endeuillé, au début du deuil, un désir parfois très fort de rejoindre celui qui est parti, dans une sorte de régression narcissique.

Chez l'adolescent, les conduites à risques, les conduites suicidaires peuvent être d'autant plus fortes qu'il se sera interdit toute manifestation de chagrin dans les premiers temps de son deuil.

Ce risque est majoré par l'attirance au passage à l'acte qui caractérise la période adolescente.

### 4°. Un deuil vécu avec les pairs.

S'il est souvent difficile pour un adolescent endeuillé d'exprimer son chagrin au sein de la cellule familiale, en raison du risque régressif que cela représente pour lui à un moment où il lui faut à tout prix échapper à son statut d'enfant, il recherchera par contre, dans le groupe de ses pairs, celui ou celle qui a vécu le même événement que lui et qui pourra donc le comprendre et l'écouter dans ce qu'il vit.

### 5°. Deux situations particulières

#### a) le suicide d'un parent.

Il génère des sentiments de culpabilité, conscients et inconscients, entraînant un intense sentiment de **dévalorisation personnelle** « *Si je l'avais moins déçu, il ne serait pas donné la mort* » pouvant déboucher sur des conduites d'échecs à répétition venant lui confirmant encore « *qu'il ne vaut rien* »

#### b) la mort d'un frère ou d'une sœur

Outre le chagrin et les sentiments de culpabilité en lien avec les inévitables rivalités fraternelles, la mort dans une fratrie confronte l'adolescent à un deuil rendu d'autant plus difficile que le deuil de ses parents le renvoie à son sentiment de peu d'importance tant ceux-ci paraissent inconsolables et tant le défunt apparaît idéalisé. « *Moi qui suis vivant je n'intéresse plus mes parents et je n'ai pas le pouvoir de les consoler,* »

La colère risque de s'accumuler car, comment en vouloir à des parents si fragiles, si vulnérables ? La solution passe parfois par une mise à distance du milieu familial, que ce soit par le biais d'une demande d'internat de semaine ou encore par l'engagement précoce dans une relation affective.



## **Bibliographie pour aider un enfant endeuillé, (petite sélection)**

Une bibliographie très complète et très détaillée est consultable sur le site [www.soin-palliatif.org](http://www.soin-palliatif.org) rubrique « documentation » puis « deuil(s) et accompagnement du deuil »

et le mail est : [cndr.contact@croix-saint-simon.org](mailto:cndr.contact@croix-saint-simon.org)

### **Livres pour adultes :**

BEN SOUSSAN Patrick, GRAVILLON Isabelle. ***L'enfant face à la mort d'un proche.*** Albin Michel 2006.

CORDIER Guy, ***l'enfant endeuillé.*** Psychomédia n°14 p.60-64

ENCREVE LAMBERT Marie-Hélène, ***La Mort,*** Bayard éditions 1999

HANUS Michel et SOURKES Barbara. ***Les enfants en deuil, portraits du chagrin.*** Editions Frison-Roche, 1997

HANUS Michel. ***La mort d'un parent, le deuil des enfants.*** Vuibert 2008.

Romano Hélène, ***Dis, c'est comment quand on est mort ? La pensée sauvage*** éditions 2009

### **Livres pour enfants :**

De 3 à 6 ans :

***Adieu Vaïa*** d'Antonie Schneider et Maya Dusikova . Ed. Nord-Sud  
*Découverte de la mort par une petite fille au travers de la mort d'un oiseau puis de sa grand-mère.*

***Tu me manques*** de Paul Verrept, Ed.Pastel, 1999  
*Un petit garçon confronté d'abord à la séparation (déménagement de son amie) puis à la mort de sa grand-mère.*

***Au revoir Papa*** d'Emmanuelle Eeckhout et Emile Jadoul, Ed. Pastel 2006  
*Un petit garçon face à la mort de son père dont il attend le retour, confronté à l'arrivée d'un beau-père.*

***La croûte*** de Charlotte Moundlic et Olivier Tallec, Album du Père Castor 2009  
*La mort d'une maman vécue par son petit garçon, sa colère, ses difficultés de sommeil, le souci du chagrin de son papa, ses questions, sa peur de l'oublier.*



VIVRE SON DEUIL  
Nord-Pas de Calais

De 6 à 11 ans :

***Samantha a perdu son papa***, de Julie Kaplow et Donna Pincus Ed. Enfants Quebec, 2009

*La tristesse de Samantha, et l'importance d'exprimer les émotions du deuil.  
Une section informative pour les parents et éducateurs qui veulent aider l'enfant.*

***Le petit livre de la mort et de la vie***, de Delphine Saulière et Rémi Saillard, Bayard Jeunesse 2013

*Comment aborder le problème de la mort avec toutes les questions que se pose un enfant*

***Le deuil, y'a pas de mal à être triste*** de M. Mundy et RW Alley, Ed. du signe, collection Lutin-conseil, 2003

*Toutes les étapes du deuil revisitées par un enfant, les questions qu'il se pose, les émotions qui le traversent*

***Quelqu'un que tu aimais est mort***, d'Agnès Auschitzka et Nathalie Novi, Bayard Editions 1997

*Toutes les questions qu'un enfant confronté à la mort, se pose, avec aussi une vision chrétienne de la mort.*

***Leïla*** de Sue Alexander et G. Lemoine, Bayart éditions 1986

*La mort d'un frère vécue par Leïla qui ne veut pas l'oublier pour qu'il reste vivant dans la mémoire de tous ceux qui l'ont connu..*

***Un nœud à mon mouchoir***, de Bette Westera et Harmen Van straeten, Milan jeunesse 2002.

*La mort du grand-père d'Antonin, l'enterrement et tous les souvenirs qui remontent...Un nœud à mon mouchoir...pour ne pas oublier grand-père.*

***Comment Papa est mort ?*** sous la direction de Michel Hanus, à commander à Vivre son deuil Belgique ou l'association Serge et les autres.

[sergeetlesautres@skynet.be](mailto:sergeetlesautres@skynet.be)

*Antoine, 8 ans, face au suicide caché de son papa. De l'importance de dire la vérité aux enfants*

Association **VIVRE SON DEUIL NORD-PAS DE CALAIS**

Home des infirmières, 5, av. Oscar Lambret 59037 Lille Cedex  
Tel 03 20 88 73 46 permanence mardi et jeudi de 14h30 à 17 h.

Mail : [vivresondeuil5962@gmail.com](mailto:vivresondeuil5962@gmail.com)

Site : [www.vivresondeuil5962.fr](http://www.vivresondeuil5962.fr)