

# Le groupe de soutien pour adolescents endeuillés par suicide : la quête de sens à la suite de la perte d'un proche

par

*Audrey Renaud*, T.S., M.Serv.soc.

Deuil-Jeunesse

Courriel : [audreyrenaud\\_deuil@yahoo.ca](mailto:audreyrenaud_deuil@yahoo.ca)

*Valérie Roy*, T.S., Ph. D.

Professeure adjointe

École de service social

Université Laval

Literature review on mourning. Results of a support group experience with teenagers mourning a death by suicide in the Quebec City region.

Recension d'écrits sur le deuil. Résultats d'une expérience d'intervention de groupe auprès d'adolescents endeuillés par suicide dans la région de Québec.

Bien qu'il soit en diminution depuis les années 2000, le suicide est une cause de décès encore trop fréquente à l'heure actuelle au Québec. En effet, on compte 1091 personnes décédées par suicide en 2007, ce qui correspond à un taux de 14 décès par suicide pour 100 000 personnes (Institut national de la santé publique au Québec [INSPQ], 2009). En tenant compte des proches, le nombre élevé de suicides a comme conséquence de toucher chaque année au Québec près de 10 000 personnes (Association québécoise en prévention du suicide [AQPS], 2003). Il existe donc un grand nombre de personnes endeuillées par suicide, dont des adolescents.

À notre connaissance, aucune donnée ne permet d'évaluer le nombre d'adolescents touchés par ce phénomène. Toutefois, puisque les personnes âgées de 35-49 ans sont celles

qui commettent le plus de suicides et que des suicides surviennent fréquemment chez les 15-34 ans, il est très probable que plusieurs adolescents aient perdu un parent, un ami, un membre de la fratrie ou un amoureux (INSPQ, 2009). Or, le deuil au cours de l'adolescence a ses particularités. Il peut nuire au développement de l'adolescent, puisque celui-ci doit partager son énergie entre son développement et son deuil, qui en exige aussi abondamment (Hanus, 2001; Masson, 2010). De plus, compte tenu de l'idéalisation fréquente à cette période de la vie, l'adolescent risque d'idéaliser son proche suicidé et de se suicider à son tour (Hanus, 2002; Bouchard et Gratton, 1998), d'autant plus que le taux de suicide s'avère neuf fois plus élevé chez les personnes endeuillées de ce type de mort (Séguin, Kiely et Lesage, 1994). Il est aussi essentiel de considérer qu'à cet âge, les adolescents n'ont pas toujours atteint suffisamment d'autonomie afin de demander de l'aide lorsqu'ils en ont besoin (Hamel, 2007; Masson, 2010; Séguin et Brunet, 1999). Considérant que les parents arrivent difficilement à faire face à leur propre deuil, et qu'ils peuvent difficilement aider leur enfant à vivre leur deuil (Samuels, 1998), on peut penser que certains adolescents n'ont pas le soutien nécessaire lors des moments plus difficiles de leur deuil.

Ainsi, cet article rend compte d'une expérience d'intervention de groupe de soutien pour les adolescents endeuillés par suicide réalisée dans la région de Québec. Ce groupe avait comme but d'aider les adolescents à mieux vivre le deuil de leur proche par l'utilisation de leurs capacités d'adaptation. De plus, ce groupe avait pour objectif d'approfondir deux thématiques, soit les conséquences que vivent les adolescents à la suite de la mort d'un proche par suicide ainsi que le sens attribué à cette perte. Cet article expose d'abord la problématique à partir d'une recension des écrits sur les phases du deuil, les conséquences du deuil, la recherche du sens ainsi que les besoins liés au deuil. Il présente ensuite la description et le

**Intervention, la revue de l'Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec.**  
Numéro 133, (2010.2) : 47-56.

déroulement de l'intervention de groupe réalisée. Il met l'accent sur les conséquences subies par les adolescents et sur l'attribution d'un sens positif à la perte. La satisfaction des participants quant à la méthode de groupe est aussi rapportée. Des recommandations pour la pratique et les futures recherches sur le sujet sont présentées en conclusion.

### **Processus du deuil chez les adolescents**

Distinguer plusieurs phases de deuil, de deux à sept selon les auteurs (Séguin et Brunet, 1999), permet de décrire et de conceptualiser la manière dont les personnes cheminent dans le processus de deuil.

Les auteurs s'entendent par contre pour dire que les phases de deuil peuvent se chevaucher et que le retour à une phase antérieure peut faire partie du processus de deuil (Hanus, 2001). Ce dernier a développé une conception du processus de deuil propre aux adolescents en trois phases : (1) le choc, (2) l'état dépressif et (3) le rétablissement. Lors de la phase du choc, certains pourraient avoir l'impression qu'aucun événement majeur n'est survenu dans la vie des adolescents, même s'ils vivent beaucoup de souffrance. Voulant protéger leurs proches, sembler forts et ayant de la difficulté à composer avec leurs sentiments, ils s'abstiennent souvent d'extérioriser leurs émotions. Au cours de la phase dépressive, les adolescents ont tendance à se remémorer des moments du passé qui ont été plutôt difficiles avec le défunt. Alors, ils croient ne pas avoir été suffisamment à la hauteur, ils se jugent sévèrement, ce qui peut les culpabiliser concernant la mort de leur proche. Durant la phase ultérieure, qui sera rarement achevée à cette étape de vie, les adolescents ont la capacité d'aborder la mort de leur proche et ont les aptitudes à nouer de nouvelles relations en prenant ainsi le risque de perdre à nouveau des proches. Quel que soit l'âge auquel la personne est endeuillée, le processus de deuil ne finit jamais complètement que le jour de notre mort (Hanus et Sourkes; 1997). Toutefois, certaines réactions de deuil se manifestent moins fréquemment ou encore disparaissent complètement au fil du temps (Masson, 2010). Au-delà de ces phases plus générales de deuil, des études permettent de mieux connaître les conséquences subies par les adolescents endeuillés par suicide.

### **Les conséquences du deuil par suicide**

Comme le propose Van Dongen (1990), les conséquences subies par les adolescents endeuillés peuvent être regroupées selon leurs caractères émotif, physique, personnel, social ainsi que psychologique. Sur le plan émotif, plusieurs études réalisées auprès d'adolescents endeuillés par suicide indiquent qu'ils peuvent souffrir de symptômes dépressifs et de dépression majeure, et ce, encore plus lorsqu'ils connaissaient l'intention de la personne décédée ainsi que son plan de suicide (Pfeffer et al., 1997; Brent, Moritz, Bridge, Perper et Canobbio, 1996). Les adolescents sont aussi grandement susceptibles de ressentir de l'anxiété ainsi qu'un choc post-traumatique à la suite du suicide (Cerel, Fristad, Weller et Weller, 2000; Cerel, Fristad, Weller et Weller, 1999). Par ailleurs, la recherche de Cerel et al. (1999) indique que les adolescents endeuillés par suicide sont plus portés à éprouver de l'anxiété, de la colère et de la culpabilité que les adolescents vivant un autre type de deuil.

**Sur le plan physique**, l'étude de Gratton et Bouchard (2001), réalisée auprès de cinq adolescents dont un camarade s'est suicidé, indique que ces derniers souffrent de fatigue puisque leurs nuits sont souvent interrompues par des questionnements entourant les raisons qui ont mené leur proche à se suicider. Les adolescents endeuillés par d'autres causes de mortalité consulteraient moins leur médecin pour des maux physiques (Cerel et al., 1999). Selon eux (1999), les adolescents endeuillés par d'autres causes de mortalité auraient été plus témoins de la souffrance physique et des rendez-vous chez le médecin de leurs parents que les adolescents endeuillés par suicide, ce qui les incite à consulter leur médecin comme faisait leurs parents.

**Sur les plans personnel et social**, les adolescents endeuillés par suicide révèlent ressentir de l'isolement. En effet, certains adolescents rapportent que plus le temps passe à la suite du décès, moins ils parlent du suicide du défunt avec leur proche, afin de se protéger de nouvelles souffrances (Gratton et Bouchard, 2001). De plus, l'étude de Samuels (1998) indique qu'au lieu de vivre leur propre chagrin, les adolescents se mettent souvent en position de soutien vis-à-vis de leurs parents, ce qui peut

être dû à la peur de perdre d'autres personnes significatives. Davies et al. (2007) mentionnent que certains adolescents ne parlent pas de leur deuil avec leurs camarades puisque ces derniers ont peu d'expérience de la mort et du suicide. Certains ont aussi l'impression que leurs camarades ne comprennent pas leurs émotions à l'égard de leur deuil. Aussi, comparativement aux adolescents endeuillés par d'autres causes de mortalité, ces adolescents apparaissent avoir moins confiance en eux (Cerel et al., 1999). Pfeffer et al. (1997) indiquent aussi que ces adolescents connaissent des problèmes scolaires.

**Sur le plan psychologique**, certains adolescents endeuillés ont des idées suicidaires à la suite du décès de leur proche par suicide. Dans l'étude de Pfeffer et al. (1997), 31 % des parents d'enfants endeuillés par suicide, âgés de cinq à quatorze ans, rapportent que leur enfant a des idéations suicidaires. Les adolescents interrogés par Gratton et Bouchard (2001) ont dit avoir de la difficulté à se concentrer et penser continuellement au suicide de leur proche. Les adolescents semblent être à la recherche d'un sens au suicide de leur proche. Cette recherche de sens est abordée dans les écrits sous l'angle d'un sens positif attribué à la perte.

### **Recherche du sens positif, une conséquence du deuil**

L'une des particularités des personnes endeuillées, peu importe la cause, est la recherche d'un sens à la perte du défunt. Selon Davis et al. (1998), le sens donné au décès d'un proche signifie de reconnaître des points positifs à la suite de l'évènement. Des études ont d'ailleurs démontré que le sens donné à la perte peut favoriser l'adaptation au deuil et diminuer plusieurs conséquences négatives subies (Davis et al., 1998; Frantz, Trolley et Farrel, 1998; Gratton et Bouchard, 2001). La recension fait ressortir huit aspects positifs principaux attribués par les adolescents endeuillés à la suite du décès de leur proche. En effet, Gratton et Bouchard (2001) mentionnent que ces adolescents se disent (1) plus conscients de la valeur de la vie, (2) plus ouverts et (3) attentifs aux autres, (4) se sentent plus vivants et (5) responsables, ce qui influence leurs comportements et diminue leur isolement. De plus, sur le plan psychologique, (6) ils arrivent à penser moins

fréquemment au défunt mais, lorsqu'ils y pensent, (7) ils se remémorent plus de beaux souvenirs. Sur le plan émotif, les adolescents disent aussi (8) ressentir des émotions moins vives relativement au deuil. Davis et al. (1998) identifient des indicateurs plus généraux permettant d'évaluer le sens positif donné à la perte de leur proche, soit la connaissance de soi, le soutien des autres et le rapprochement de la famille. L'évolution du sens s'avère donc un processus central pour les gens qui ont perdu un proche de façon soudaine. Comme la violence entourant ce type de mort rend plus difficile l'attribution d'un sens (Currier, Holland et Neimeyer, 2006), il faut soutenir ces adolescents dans ce processus.

### **Besoins des adolescents endeuillés**

En plus de l'attribution d'un sens positif, les adolescents ont des besoins spécifiques à combler pour mieux vivre leur deuil. Filion, Bégin et Saucier (2003) ont mis en lumière les principaux besoins de ces adolescents : pouvoir exprimer leurs émotions quant à la perte sans se faire juger, être validés dans leur façon de vivre le deuil et de maintenir une certaine relation avec le défunt, par exemple en lui parlant ou en pensant à lui. De plus, ces adolescents ont besoin d'être renseignés sur le décès, de s'interroger sur le pourquoi de la mort et d'accomplir certains rites, comme aller aux funérailles ou exprimer un « au revoir » au défunt. Ils ont aussi besoin de communiquer, par exemple en parlant avec quelqu'un qui vit la même chose, quelqu'un qui connaissait le défunt, un intervenant ou avec des camarades en groupes organisés. Enfin, Filion (2000) rapporte que ces adolescents manifestent le besoin de rapprochement physique, comme être pris dans les bras. Aucune étude sur les besoins des adolescents endeuillés par suicide n'a été recensée, mais il est possible de penser qu'ils ont des besoins similaires aux adolescents endeuillés par d'autres causes de mortalité, étant donné qu'ils traversent la même étape de vie, l'adolescence, et qu'ils vivent tous un deuil.

### **Description et déroulement de l'intervention de groupe**

Dans le cadre de son projet de maîtrise, l'auteure principale a donc expérimenté un projet

d'intervention de groupe pour soutenir ces adolescents dans leur processus de deuil. Le groupe a été réalisé au Centre de prévention du suicide de Québec (CPSQ). Cet organisme offrait déjà depuis plusieurs années des groupes pour les enfants et les adultes endeuillés par suicide, mais c'était la première fois qu'un groupe était proposé à la clientèle adolescente, tant dans cet organisme qu'ailleurs à Québec. Le groupe de soutien a été retenu car ce type de groupe vise à aider les membres à surmonter une situation similaire engendrant un stress par l'utilisation de leurs capacités d'adaptation. En matière de deuil, les groupes de soutien sont généralement favorisés, notamment parce qu'ils ciblent le partage d'émotions et d'expériences communes afin de briser le sentiment d'isolement et de faire naître l'espoir (Filion et al., 2003; Filion, 2000).

Afin d'élaborer le programme de groupe, différents programmes ont été consultés, mais compte tenu de sa spécificité, il a été convenu d'adapter celui pour adolescents endeuillés par suicide du Centre de santé et des services sociaux de Laval (Hamel, 2007). Plusieurs thèmes prévus dans le programme de Laval abordent la question sous-jacente du présent projet, soit le sens donné à la perte du proche et les conséquences du deuil. Par exemple, le programme de Laval aborde le thème des bons souvenirs et renvoie à des aspects positifs à la perte du défunt.

Le programme de groupe a des points communs et des différences avec le Programme pour adolescents développé par le CSSS de Laval. En ce qui a trait aux points communs, on retrouve la clientèle visée, les objectifs, le nombre de rencontres proposées et la durée des rencontres, ainsi que la majorité des thèmes proposés tels que les conséquences du deuil et les souvenirs. De plus, les deux programmes offraient un groupe fermé. Les rencontres du programme de Laval ont lieu toutes les deux semaines tandis que les rencontres du programme expérimenté se déroulaient de façon hebdomadaire. Des thèmes ont aussi été ajoutés dans le programme d'intervention afin de répondre aux besoins des adolescents ciblés. Par exemple, le processus suicidaire est un thème qui a été ajouté pour répondre à leur besoin d'être renseignés sur les causes du décès (Filion et al., 2003; Filion, 2000).

Le groupe avait pour objectifs d'approfondir les conséquences que vivent les adolescents à la suite de la mort d'un proche par suicide et le sens positif attribué à cette perte. Plus précisément, il s'agissait d'aider les adolescents à nommer les conséquences et à les mettre en relation avec le deuil. Le groupe visait aussi à aider les adolescents à relever des aspects positifs à la suite du suicide liés à la connaissance de soi, au soutien des autres et au rapprochement de la famille.

Afin de recruter des membres potentiels pour former le groupe de soutien, les noms d'adolescents ayant déjà eu recours aux services du CPSQ ont été retenus à partir de l'hiver 2008. Au début de l'automne 2008, sept adolescents souhaitant participer au groupe ont été rencontrés dans le cadre d'entrevues pré-groupe. Lors de ces entrevues, plusieurs aspects ont été discutés avec les adolescents, notamment l'adéquation du groupe avec leurs besoins, les conséquences actuelles du deuil et le sens positif lié à la perte de leur proche. À la suite des rencontres pré-groupe, six adolescents ont été admis au groupe. Ainsi, le groupe était composé de trois garçons et de trois filles de 12 à 17 ans, tous endeuillés par suicide de leur père, à l'exception d'un membre, de son frère aîné. Au commencement du groupe, le membre le plus récemment endeuillé était en deuil depuis deux mois et le membre le plus anciennement endeuillé l'était depuis deux ans et neuf mois.

Il importe de souligner qu'avant le début du groupe, les personnes responsables des adolescents ont toutes été convoquées à une rencontre ayant pour but de les informer des principaux thèmes qui allaient être abordés dans le groupe. Les douze rencontres de groupe, réalisées en co-animation partagée de façon équivalente par une travailleuse sociale et une étudiante à la maîtrise en service social, ont eu lieu au cours de l'automne 2008 et en janvier 2009. Les thèmes suivants ont été abordés : processus suicidaire et de deuil, conséquences du deuil, bons et moins bons souvenirs, héritages sur le plan personnel, changements tant positifs que négatifs depuis l'événement, stratégies d'adaptation, rituels, espoir et avenir. Les membres ont été rencontrés individuellement, la semaine qui a suivi la fin du groupe, afin d'évaluer

l'atteinte des objectifs d'intervention. Il s'agissait donc d'évaluer la compréhension des membres concernant les conséquences de leur deuil et si le groupe leur avait permis de donner un sens positif à la perte de leur proche.

### **Outils d'évaluation pour mesurer les objectifs d'intervention**

Trois outils ont été utilisés pour vérifier l'atteinte de ces objectifs d'intervention, soit l'entrevue semi-structurée, le journal de bord, ainsi que les notes évolutives. L'entrevue semi-structurée a été réalisée avant et après le groupe. Lors de ces deux entrevues, le sens positif donné à la perte de leur proche et les conséquences du deuil étaient questionnés, tandis que les conséquences du deuil étaient seulement abordées lors de l'entrevue post-groupe. Le journal de bord a été rempli par les adolescents à quatre moments spécifiques du groupe, soit après les deuxième, cinquième, septième et onzième rencontres de groupe, et ce, afin d'évaluer les deux thématiques à approfondir. Les notes évolutives étaient rédigées par l'auteure principale après chaque rencontre de groupe afin de consigner les observations relatives à la compréhension des adolescents concernant les conséquences de leur deuil et le sens donné à la perte de leur proche.

### *Présentation des résultats*

#### **Conséquences du deuil**

On peut estimer que l'objectif d'aider les adolescents à nommer les conséquences du deuil a été atteint chez la majorité des participants. En effet, ces derniers ont nommé au cours du processus de groupe des conséquences émotives, personnelles, sociales, physiques et cognitives liées à leur deuil. Ces adolescents ont exprimé et détaillé principalement les conséquences du deuil de type émotionnel, notamment la présence de regrets, de tristesse, de colère et d'ennui. Par exemple, un adolescent a exprimé lors des rencontres : « Je m'ennuie beaucoup de mon père depuis qu'il est mort. J'ai une impression de vide ». Les résultats indiquent que la peur est omniprésente pour les adolescents rencontrés. Ils ont exprimé vivre différents types de peur, par exemple la peur de perdre un autre proche par suicide, de

dormir dans leur chambre même si le suicide n'avait pas eu lieu à cet endroit ou encore la peur de l'avenir. Les adolescents ont aussi nommé plusieurs conséquences personnelles et sociales, notamment la diminution de la confiance en soi et l'isolement. À titre d'exemple, quant à l'isolement, un adolescent a dit avoir l'impression que ses amis ne comprenaient pas bien ce qu'il vivait et qu'ils n'étaient pas très soutenant. Certains ont aussi indiqué parler peu de ce qu'ils vivaient avec les membres de leur famille afin d'éviter de faire de la peine à leur famille. Les adolescents ont également mentionné plusieurs conséquences cognitives telles que se questionner sur les raisons du suicide et faire des cauchemars reliés à leur proche suicidé. Toutefois, les adolescents n'ont presque pas exprimé de conséquences physiques à l'exception de la fatigue chez quelques-uns. Par ailleurs, les résultats permettent de constater que les adolescents ont nommé plus de conséquences du deuil au cours et à la fin du processus de groupe qu'avant le début du groupe. De plus, à la fin du groupe, les adolescents ont exprimé être mieux en mesure de faire le lien entre les conséquences vécues et leur deuil. Par exemple, un adolescent a rapporté lors de l'entrevue post-groupe avoir l'impression de comprendre beaucoup mieux le deuil : « Je comprends mieux ce que je vis et je sais maintenant que je ne suis pas un extraterrestre ».

#### **Sens positif à la perte**

Le groupe avait aussi comme objectif d'aider les adolescents à donner un sens à la perte de leur proche par suicide. Il est manifeste que le groupe a aidé tous les participants à relever des aspects positifs, bien que trois participants en aient moins exprimé. Les adolescents ont particulièrement souligné des aspects positifs reliés au rapprochement de la famille et à la connaissance de soi. Par exemple, un adolescent a dit s'être rapproché de sa mère au cours du groupe (rapprochement familial) et un autre a dit : « Je suis plus attentif aux autres et exigeant envers moi-même pour plaire à mon père qui est mort » (connaissance de soi). Le sentiment d'affiliation est un autre aspect qui a été mentionné par la majorité des adolescents, mais qui ne se retrouvait pas dans la recension. On fait référence à celui-ci comme étant la fierté

de ressembler à leur proche décédé et d'être ainsi associé à cet être cher. Avoir un tempérament similaire à leur proche ou lui ressembler physiquement sont les deux aspects qui ont le plus souvent été mentionnés dans le groupe. Par exemple, un adolescent a dit : « Je suis fier de ressembler physiquement à mon père et je suis content lorsque des gens qui le connaissent me font le commentaire ». L'héritage sur le plan personnel, aspect positif qui ne se retrouvait pas dans la recension, a été nommé par un participant, soit tous les souvenirs laissés par son proche suicidé. Enfin, un participant n'a pas été capable de mentionner précisément d'aspects positifs liés à l'événement, mais il a dit savoir qu'il est possible d'en trouver. Ainsi, le participant est capable de considérer qu'il peut y avoir des aspects positifs dans le futur, ce qui démontre la présence d'espoir, élément qui ne se retrouvait pas dans la recension.

### *Analyse et interprétation des résultats*

#### **Conséquences du deuil**

Plusieurs conséquences du deuil mentionnées par les adolescents du groupe correspondent à celles mises en évidence dans la recension. La prédominance des conséquences de type émotionnel comparativement à d'autres types de conséquences, par exemple physiques, mérite d'être soulignée. Plusieurs auteurs ont d'ailleurs mentionné l'importance des conséquences émotionnelles pouvant être vécues lors d'un deuil (Gratton et Bouchard, 2001; Cerel et al., 2000; Cerel et al., 1999; Pfeffer et al., 1997; Brent et al., 1996; Fanos et Nickerson, 1991; Van Dongen, 1990). On peut aussi penser que le lien entre les émotions et le deuil est plus facile à faire, alors que les conséquences physiques sont moins directes, ce qui pourrait expliquer le nombre plus élevé de ce type de conséquences exprimé par les participants.

L'isolement (conséquence sociale), signalé par plusieurs participants, se présente comme un comportement dans lequel la personne endeuillée s'abstient d'extérioriser ses émotions afin de protéger ses proches (Hanus, 2001) et est caractéristique de la phase de choc du deuil. Comme dans la recension des écrits, certains adolescents ont dit parler peu de ce qu'ils vivent avec les membres de leur famille pour

éviter de leur faire de la peine (Van Dongen, 1990) et ne pas parler de leur deuil avec leurs amis (Davies et al., 2007). L'isolement a été une conséquence abordée au sein du programme, afin d'aider les participants à prendre conscience de cette conséquence du deuil et à utiliser les personnes-ressources de leur milieu.

La diminution de la confiance en soi, conséquence personnelle nommée par la majorité des participants, était aussi rapportée dans la recension. Les auteurs soulignent d'ailleurs que cette conséquence est plus présente chez les adolescents endeuillés par suicide que chez ceux endeuillés par d'autres causes de mortalité (Cerel et al., 1999). Hanus (2001) pense que cette diminution de la confiance en soi est due à la culpabilité souvent vécue à la phase dépressive de deuil chez les adolescents.

Bien que certains résultats obtenus à cet objectif concordent avec la recension, plusieurs s'en distinguent. En effet, comme mentionné précédemment, l'une des conséquences émotionnelles les plus exprimées dans le groupe est la peur. Toutefois, la présence de peur à la suite d'un deuil par suicide, et par d'autres causes de mortalité, n'a pas été considérée comme une conséquence émotionnelle dans la recension. Les écrits recensés mettent plutôt l'accent sur les symptômes dépressifs, la culpabilité et l'anxiété (Cerel et al., 2000; Cerel et al., 1999; Pfeffer et al., 1997; Brent et al., 1996; Fanos et Nickerson, 1991; Van Dongen, 1990). On peut se demander s'il existe un lien entre la peur et l'anxiété vécues par les personnes endeuillées. Soulignons que la peur n'est également pas une conséquence dans le modèle d'Hanus (2001) portant sur les phases de deuil. Il serait donc pertinent d'étudier si la peur s'insère dans certaines phases de deuil, comme c'est le cas pour d'autres conséquences.

Les adolescents ont lié les regrets (conséquence émotionnelle) à leur deuil, ce qui ne se retrouvait pas dans la recension. Le programme comprenait une activité abordant les regrets, ce qui peut expliquer que les adolescents se soient permis d'en parler. Dans la recension, on parle plutôt de culpabilité (Cerel et al., 1999; Fanos et Nickerson, 1991; Van Dongen, 1990). D'ailleurs, Hanus (2001) constate que les adolescents ont tendance, au cours de la phase dépressive, à vivre de la culpabilité à l'égard de la mort de

leur proche. Toutefois, un seul adolescent a exprimé éprouver de la culpabilité. Dans le même sens, dans l'étude de Giroux (2009), un seul adulte ayant perdu un proche lors de l'enfance a dit avoir ressenti de la culpabilité à l'adolescence. Les adolescents ont probablement eu de la facilité à dire si leur vécu était de l'ordre du regret ou de la culpabilité, car le groupe a pris un temps pour faire la distinction entre ces deux notions. Pour ce qui est de la culpabilité, les intervenants ont précisé qu'il s'agissait de se sentir en quelque sorte responsable du suicide de leur proche tandis que les regrets concernaient plutôt le chagrin d'avoir fait ou de ne pas avoir fait quelque chose pour aider le défunt.

La recension indique que ces adolescents sont plus portés à éprouver de l'anxiété et de la colère que les adolescents vivant un autre type de deuil (Cerel et al., 1999). Il n'est pas possible de comparer ici ces deux clientèles, mais les résultats n'ont mis en évidence qu'une seule des deux conséquences émotionnelles chez les participants. En fait, seule la colère a été souvent exprimée par les participants. Bien que quelques adolescents aient rapporté ressentir de l'anxiété, cette conséquence n'était pas présente chez la majorité. On peut se demander si le programme permettait aux adolescents de l'exprimer. Comme plusieurs activités ont été consacrées aux conséquences du deuil, les adolescents n'ont peut-être pas ressenti le besoin de s'exprimer sur leur anxiété, ce qui peut nous laisser penser que d'autres conséquences prenaient plus de place.

Enfin, les problèmes scolaires rapportés par un seul participant ne semblent pas être une conséquence aussi souvent présente chez cette clientèle qu'une étude de la recension l'indiquait (Pfeffer et al., 1997). D'ailleurs, un adolescent a mentionné s'être considérablement amélioré à l'école depuis l'évènement. Il n'est donc pas possible de dire que ces adolescents éprouvent plus particulièrement des problèmes scolaires ou en connaissent après l'évènement.

### **Sens positif à la perte**

Les résultats du projet mettent aussi en évidence l'importance de l'attribution d'un sens positif dans le processus de deuil. Bien que moins significatifs pour certains, tous les parti-

cipants ont relevé des aspects positifs à la suite du décès de leur proche. Les aspects positifs reliés à la connaissance de soi ont été souvent mentionnés par les participants au cours du processus de groupe. En effet, comme les adolescents de l'étude de Gratton et Bouchard (2001), les participants de ce groupe ont dit apprécier plus la vie, être plus sensibles aux autres et être maintenant plus matures. Un aspect positif lié à la connaissance de soi a été très souvent exprimé dans le groupe : le désir de rendre fier leur proche suicidé. Comme le mentionne Hanus (2002), l'idéalisation de la personne décédée induit probablement le fait que les adolescents désirent plaire au défunt. Or, il est important de remettre en question cet aspect perçu comme positif par les adolescents. En effet, on peut se demander si ce désir de plaire au défunt est sujet à engendrer de l'anxiété chez l'adolescent, l'anxiété étant reconnue comme une conséquence susceptible d'être ressentie par cette clientèle (Cerel et al., 2000; Cerel et al., 1999; Pfeffer et al., 1997; Brent et al., 1996), et ce, d'autant qu'ils n'auront aucune rétroaction possible du défunt. D'un autre côté, il importe aussi de se demander si des aspects positifs peuvent émerger de ce désir de plaire au défunt. Par exemple, l'un des participants a beaucoup amélioré ses aptitudes en art, l'une des principales forces du proche suicidé. Il s'agit donc de pistes intéressantes pour les recherches à venir.

Le rapprochement de la famille est un autre aspect qui a été souvent rapporté au cours du processus de groupe et dans la recension. En effet, comme dans l'étude de Frantz et al. (1998), ces adolescents ont dit être maintenant plus proches de leur famille. Notons que les notes évolutives de l'auteure principale ont permis de documenter l'impact positif du groupe quant à ce rapprochement, entre autres, grâce à l'activité où les adolescents avaient à identifier des personnes-ressources.

Toujours en lien avec les aspects positifs, il appert que trois indicateurs mentionnés par les participants lors des rencontres de groupe ne se retrouvaient pas dans la recension, soit le sentiment d'affiliation, l'héritage sur le plan personnel laissé par le défunt et la présence d'espoir. Les activités incluses dans le programme sur ce thème ont peut-être aidé les

participants à donner un sens au suicide de leur proche puisqu'elles amenaient les adolescents à prendre conscience de certains aspects positifs liés à l'évènement et à les exprimer au groupe.

La durée du deuil de l'adolescent semble influencer sa capacité à donner un sens à la mort de son proche. En effet, l'adolescent qui a été incapable de nommer des aspects positifs liés à la perte lors de la rencontre pré-groupe était le plus récemment endeuillé, soit de deux mois. Relever des aspects positifs après la mort d'un proche semble donc être plus facile lorsque le jeune est plus avancé dans son deuil. Le participant se trouvait peut-être dans la phase de choc ou la phase dépressive, ce qui pourrait expliquer son incapacité à nommer des aspects positifs reliés à la mort de son proche (Séguin et al., 1995). Toutefois, les phases de deuil n'ont pas été évaluées dans ce projet. Il faut cependant noter que ce même adolescent a été capable de considérer, lors de la rencontre pré-groupe, la possibilité de trouver des aspects positifs dans le futur, ce qu'il a réussi à faire lors de sa participation au groupe.

### Satisfaction des participants

À la suite du groupe, les adolescents ont dit être très satisfaits de cette méthode d'intervention. En ce sens, un participant a dit : « Le groupe permet de réaliser que nous ne sommes pas seuls à vivre un deuil et permet de se vider le cœur, en plus d'avancer dans notre deuil ». Les adolescents ont dit apprécier que les rencontres aient eu lieu hebdomadairement, car cela permettait une meilleure continuité et de reprendre rapidement ce qu'ils ont vécu au cours de la semaine. Ils ont aussi mentionné qu'ils auraient souhaité que le groupe se poursuive ou qu'il y ait un autre type de service de groupe offert, puisqu'ils sont conscients que leur deuil n'est pas complété. La composition mixte du groupe a aussi été très satisfaisante pour les adolescents puisque cela leur a permis de connaître comment des personnes de sexe opposé vivent un tel deuil. Le groupe a trouvé que la taille du groupe était très satisfaisante, car ils avaient tous leur place au sein du groupe tout en ayant le point de vue d'autres adolescents.

### Conclusion

Le groupe dont il a été question dans cet article a été élaboré afin de se préoccuper des adolescents endeuillés par suicide. En effet, le deuil vécu à l'adolescence a ses particularités et engendre des besoins spécifiques. Pour ces raisons, il importe que les adolescents soient accompagnés dans leur deuil.

Cette expérience de groupe contribue aux connaissances dans le domaine du service social, plus précisément en lien avec les adolescents endeuillés par suicide et avec la méthode de groupe. Toutefois, soulignons l'importance d'être prudent quant à l'application des résultats à d'autres contextes compte tenu de leur nature qualitative et du petit nombre de participants. Comme relevé dans la recension des écrits, l'un des principaux constats dégagés est que le deuil par suicide génère une diversité de conséquences pour les adolescents. Les conséquences à caractère émotif sont les plus souvent rapportées alors que les conséquences physiques le sont moins. L'une des conséquences émotives les plus souvent exprimées par les participants au cours du groupe a été la diminution de la confiance en soi. Il serait donc pertinent d'étudier plus en profondeur cet aspect pour mieux comprendre les causes et les motifs de cette diminution. L'une des conséquences sociales les plus rapportées a été l'isolement. Il apparaît nécessaire de maintenir ce thème au sein du programme afin d'aider les participants à utiliser les personnes-ressources de leur milieu. Le projet a aussi mis en évidence des conséquences émotives peu abordées dans les écrits recensés, notamment les regrets et les peurs. Il faudrait que le programme continue d'accorder un temps privilégié à l'expression des regrets, puisque cette conséquence semble prendre beaucoup de place dans le deuil de ces adolescents. Il serait aussi pertinent d'attribuer plus de temps à l'expression des peurs, entre autres pour trouver des stratégies d'adaptation afin de les diminuer.

Le groupe a également aidé les participants, à différents niveaux, à donner un sens à la perte de leur proche. Soulignons que les adolescents ont nommé plus d'aspects positifs reliés à la connaissance de soi et au rapprochement avec la famille. Étant donné que le sentiment d'affiliation, l'héritage sur le plan personnel et



l'espoir sont mentionnés par la clientèle, il serait intéressant de les inclure dans les prochaines études comme nouveaux indicateurs du sens reliés aux aspects positifs. Les intervenants qui utiliseront le programme devraient aborder ces aspects lors de la réalisation des activités sur le sens, puisqu'ils apparaissent significatifs pour cette clientèle. D'autres recherches s'avèrent nécessaires pour étudier le sens donné à la perte, puisqu'il s'agit d'un aspect encore peu documenté sur lequel ces adolescents avaient beaucoup à exprimer.

Lors de la réalisation de ce groupe, il n'existait pas, à notre connaissance, de services pour les adolescents endeuillés par suicide à Québec. À ce jour, le Centre de prévention du suicide de Québec continue d'offrir le groupe à ces adolescents. De plus, Deuil-Jeunesse, organisme spécialisé pour les jeunes de 3 à 17 ans et leur famille vivant un deuil ou ayant un proche gravement malade, a développé le Groupe les Phénix, destiné aux adolescents endeuillés de tout type de deuil. Au besoin, voir le site des ressources [www.deuil-jeunesse.com](http://www.deuil-jeunesse.com) et [www.cpsquebec.ca](http://www.cpsquebec.ca).

**Descripteurs :**

Service social des groupes - Québec (Province) - Québec // Deuil chez l'adolescent // Survivants au suicide d'un proche

Group social work - Quebec (Province) - Quebec // Bereavement in adolescence // Suicide victims - Family relationships

## Références

- Association québécoise de prévention du suicide (2003). *Programme accrédité de formation : intervenir en situation de crise suicidaire*. Montréal : AQPS.
- Bouchard, L., et Gratton, F. (1998). Un adolescent se suicide... Comment réagissent ses camarades?, dans Association québécoise de suicidologie. *Un Québec sans suicide? Tout faire pour y arriver* : 215-222. Canada : Association québécoise de suicidologie.
- Brent, D. A., Moritz, G., Bridge, J., Perper, J., & Canobbio, R. (1996). Long-term impact of exposure to suicide: a three-year controlled follow-up, *Journal of the American Academy of Child et Adolescent Psychiatry*, 35 (5), 646-653.
- Castro, D. (2000). La mort pour de faux et la mort pour de vrai, dans J. Masson (2006). *Derrière ses larmes d'enfant : la mort et le deuil me font mal!* (pp. 93-117) Québec : éditions ressources.
- Cerel, J., Fristad, M. A., Weller, E. B., & Weller, R. A. (1999). Suicide-bereaved children and adolescents: A controlled longitudinal examination, *Journal of the American Academy of Child et Adolescent Psychiatry*, 38 (6), 672-679.
- Cerel, J., Fristad, M. A., Weller, E. B., & Weller, R. A. (2000). Suicide-Bereaved children and adolescents: Parental and family functioning, *Journal of the American Academy of Child et Adolescent Psychiatry*, 39 (4), 437-444.
- Currier, J. M., Holland, J. M., & Neimeyer, R. A. (2006). Sense-making, grief, and the experience of violent loss: toward a mediational model, *Death Studies*, 30 (5), 403-428.
- Davies, B., Collins, J., Steele, R., Cook, K., Distler, V., & Brenner, A. (2007). Parents' and Children's Perspectives of a Children's Hospice Bereavement Program, *Journal of Palliative Care*, 23 (1), 14-23.
- Fanos, J. H., & Nickerson, B. G. (1991). Long-term effects of sibling death during adolescence, *Journal of Adolescent Research*, 6 (1), 70-82.
- Filion, S. (2000). *Le vécu et les besoins des adolescentes et adolescents endeuillés : une recherche exploratoire*. Thèse de doctorat, Université de Montréal, Montréal, Canada.
- Filion, S., Bégin, H., et Saucier, J. F. (2003). Analyse qualitative du vécu et des besoins des adolescents endeuillés, *Revue québécoise de psychologie*, 24 (1), 87-104.
- Frantz, T. T., Trolley, B. C., & Farrel, M. M. (1998). Positive aspects of grief, *Pastoral Psychology*, 47 (1), 3-16.
- Giroux, V. (2009). *La perte d'un parent par suicide : analyse rétrospective de l'expérience ainsi que des facteurs de vulnérabilité et de protection*. Mémoire de maîtrise, Université Laval, Québec, Canada.
- Gratton, F., et Bouchard, L. (2001). Comment des adolescents vivent le suicide d'un jeune ami : une étude exploratoire, *Santé mentale au Québec*, XXVI (2), 203-226.
- Hamel, V. (2007). *Guide d'animation du Groupe d'adolescents endeuillés par suicide (13-18 ans)*. Ressource régionale suicide de CSSS Laval. Document inédit. Laval.
- Hanus, M. (2001). Deuil et adolescence, *P.R.I.S.M.E.*, 36, 53-61.
- Hanus, M. (2002). Les enfants en deuil, dans M. Hanus et B. M. Sourkes (sous la dir.). *Les enfants en deuil, portrait du chagrin* : 87-170. Paris : Frison-Roche.
- Hanus, M., et Sourkes, B. M. (1997). *Les enfants en deuil – Portrait du chagrin*. Paris : Éditions Frison-Roche.
- Héту, J.-L. (1994). *Psychologie du mourir et du deuil*. Montréal : Édition du Méridien.
- Institut national de la santé publique au Québec (2009). *La mortalité par suicide au Québec : tendance et données récentes-1981 à 2007*. Québec : gouvernement du Québec.
- Masson, J. (2010). *Mort, mais pas dans mon cœur : guider un jeune en deuil*. Québec : Les Éditions logiques.
- Pfeffer, C. R., Martin, P., Mann, J., Sunkenberg, M., Ice, A., Damore, J. P., Gallo, C., Karpenos, I., & Jiang, H. (1997). Child survivor of suicide: Psychosocial characteristics, *Journal of Personality and Social Psychology*, 36 (1), 65-72.
- Samuels, A. (1998). Parental Loss in Childhood. In S. Altschul. *Childhood bereavement and its aftermath*. Madison, Connecticut: International Universities Press.
- Séguin, M., et Brunet, A. (1999). Les pertes et le deuil : réactions typiques et atypiques, dans E. Habimana, L. S. Éthier, D. Petot, D. et M. Tousignant (sous la dir.), *Psychologie de l'enfant et de l'adolescent : approche intégrative* : 578-593. Boucherville : Gaëtan Morin Éditeur.
- Séguin, M., Kiely, C. M., et Lesage, A. (1994). L'après-suicide, une expérience unique de deuil? *Santé mentale au Québec*, 19 (2), 63-82.
- Van Dongen, C. J. (1990). Agonizing questioning: experiences of survivors of suicide victims, *Nursing Research*, 39 (4), 224-229.