# CHAPITRE L'impact de la mort d'un adolescent sur

Et j'ai crié ton nom aussi fort que me le permettait mon cri J'ai hurlé comme un lion en train de mettre toute son âme en charpie.

la famille

M. Latraverse et G. Boulet



Lorsqu'un adolescent décède dans un accident, les membres de la famille sont brutalement déchirés par une douleur atroce, qui leur paraît insurmontable. C'est comme si la terre se dérobait sous leurs pieds. Leurs questions demeurent sans réponse; il n'y a rien à expliquer. Impuissante devant ce tragique événement, la famille erre longtemps, à la recherche d'une issue et d'un sens à ce qu'elle vit. Dans

**≥** 263 CHAPITRE 9

ce long combat, la famille doit surmonter de nombreux obstacles. Quelquefois, épuisée par la rude bataille, à bout de ressources, elle dépose les armes. Puis, à d'autres moments, elle redresse l'échine, mobilise ses forces pour poursuivre son cheminement, mue par l'espoir de retrouver enfin la paix et la sérénité. Le présent chapitre a pour but de décrire cette longue lutte et d'illustrer de quelle façon la mort accidentelle de l'adolescent se répercute sur le fonctionnement de la famille ainsi que sur les relations de celleci avec son environnement.

# Les tâches développementales de la famille ayant un adolescent

La vie de la famille ayant un adolescent est synonyme de négociations et de transformations majeures. On assiste en effet à d'importantes modifications de la dynamique familiale consécutives à la recherche d'une plus grande autonomie de la part de l'adolescent. Cette série de changements menace temporairement l'équilibre familial et est à l'origine d'une crise développementale liée à l'évolution de tous les membres de la famille, qui passent d'une étape de leur développement à une autre.

L'adolescence constitue une période tumultueuse, pour deux raisons en particulier. D'une part, l'adolescent découvre de nouveaux styles de vie, des façons de parler et de se comporter ainsi que des valeurs différentes de celles qui ont cours dans la famille (Morval, 1985). Il établit graduellement des liens plus étroits avec ses amis qu'avec les membres de sa famille. En même temps qu'il offre à sa famille la possibilité de s'ouvrir à de nouvelles perspectives, il ne cesse de comparer ses nouvelles croyances avec les croyances familiales, qu'il remet en question. D'autre part, comme l'adolescent éprouve souvent une grande ambivalence envers lui-même, sa famille, son entourage et son avenir, il est extrêmement vulnérable aux nombreuses émotions qui l'assaillent. Le passage du stade d'enfant à celui d'adulte est difficile et a pour effet de déstabiliser aussi bien l'adolescent que ses proches.

Les parents réagissent de façons diverses devant les changements subis par leur enfant. Certains parents imposent à l'adolescent des règles rigides pour le maintenir dans son état de dépendance antérieur. À leurs yeux, le changement et l'évolution représentent un danger. Ils estiment que seule la famille peut pourvoir aux besoins essentiels et à la sécurité de ses membres et perçoivent le monde extérieur comme hostile et menaçant. Ils acceptent mal les comportements différents et les écarts par rapport aux conduites habituelles. De plus, ils ne peuvent se résoudre à voir leur enfant grandir et se détacher d'eux peu à peu. Les parents se sentent alors impuissants et ont tendance à idéaliser la période où leur enfant était petit et à ne pas voir les aspects positifs de la situation actuelle. Sur le plan intellectuel, les parents essaient quelquefois de manipuler le jeune et de s'ingérer dans sa vie, ou de nier les conflits, par exemple. Il arrive aussi qu'ils exigent de lui une loyauté indéfectible, ce qui risque de se traduire par l'infantilisation, la dépendance, la culpabilité ou la victimisation de l'adolescent.

À l'inverse, des parents poussent prématurément leur enfant vers l'indépendance, alors qu'il n'est pas encore prêt à devenir complètement autonome. Les adolescents sont alors négligés, rejetés ou livrés à eux-mêmes. Incompris et manquant de soutien et de balises, l'adolescent peut quitter le foyer sans être vraiment capable de se prendre en charge. Ce départ hâtif est susceptible de se traduire par un échec qui obligera parfois l'adolescent à revenir à la maison (Wright et Leahey, 1995).

Enfin, de nombreux parents tentent de préparer progressivement leur enfant à une plus grande autonomie. Ils adaptent et assouplissent les règles, reconnaissent les capacités de l'adolescent et lui confient des responsabilités à sa mesure, de manière à favoriser petit à petit son indépendance tout en veillant à ses besoins de soutien, de sécurité et d'amour, toujours présents. Durant cette période, les parents réévaluent également plusieurs aspects de leur vie personnelle, notamment leurs forces et leurs difficultés sur le plan personnel et conjugal ainsi que l'orientation de leur carrière. À certains moments, les parents se sentent submergés à la fois par les exigences de l'adolescent, qui aspire

à plus de liberté, et par le besoin d'aide accru des grandsparents vieillissants.

Les frères et sœurs, quant à eux, entretiennent une relation privilégiée. Malgré leurs disputes, leurs provocations et leur rivalité occasionnelles, ils collaborent de bien des manières. Ainsi, ils jouent souvent l'un pour l'autre le rôle de « caisse de résonance » et de confident. Ils partagent des jeux ainsi que des secrets qu'ils préservent des adultes. À l'extérieur de la maison, ils se défendent avec ardeur les uns les autres. Par ailleurs, ils échangent leurs connaissances, quoique fréquemment l'aîné joue le rôle de modèle pour les plus jeunes et prenne soin de ces derniers.

La mort de l'adolescent dans un accident accentue la gravité de la crise développementale en cours. Les parents se voient brutalement arrachés à un enfant rempli de vitalité, d'insouciance, de fraîcheur, de folie et promis aux plus grandes réalisations. Les membres de la fratrie perdent un allié, un compagnon, un confident, un maître, un ami, quelqu'un avec qui ils étaient eux-mêmes, sans crainte d'être jugés ni rejetés; mais ils perdent aussi une personne avec qui ils rivalisaient pour l'attention et l'affection des parents (Davies, 1987; 1993).

### La mort accidentelle de l'adolescent

Les accidents viennent au premier rang des causes de décès chez les adolescents. Dans ce groupe d'âge, environ 6 décès sur 10 sont reliés de façon directe ou indirecte à des accidents (Statistique Canada, 1988).

Les accidents sont provoqués par des actes violents résultant soit de la négligence non intentionnelle ou d'une erreur humaine, soit d'une catastrophe naturelle.

Parmi les principaux facteurs en cause figurent les accidents de la circulation, les chutes, les noyades, les incendies, les empoisonnements et certains agents (exposition au chaud ou au froid, à la foudre, aux radiations; suffocation; blessure par une machine, des explosifs ou des coups de feu; etc.).

#### L'histoire de Jeanne, Cédric et Pascal

«Au départ, il faut que vous sachiez que j'ai perdu mon père à l'âge de 14 ans. Lorsqu'il est décédé, ma mère nous a transmis une règle très importante: "On ne doit pas parler de la mort. On se dépêche de tourner la page. Il ne faut pas s'apitoyer sur soimême. Il faut se débrouiller seul." J'étais la plus jeune et j'ignorais que mon père avait des problèmes cardiaques et qu'il était mourant. Après son décès, on n'a plus reparlé de sa maladie ni de sa mort. C'était fini, un mur de silence s'est élevé entre nous. Mes sœurs et mon frère aînés ont des souvenirs de lui, mais pas moi.

«Plus tard, je me suis mariée et j'ai eu deux enfants. Au bout de 10 années de vie commune, mon mari et moi avons divorcé. Après le divorce, j'ai suivi une thérapie pour apprendre à me connaître, à me comprendre et à exprimer ce que je ressentais.

«Mon fils Cédric était âgé de 14 ans, 10 mois et 4 jours lorsqu'il a été heurté par un autobus scolaire. C'était le dernier jour de classe, à 14 h 30. Le lendemain, on m'a annoncé que son cerveau avait cessé de fonctionner et qu'il était considéré comme cliniquement mort. On a laissé les appareils branchés 12 heures de plus parce qu'il avait choisi de faire don de ses organes¹; la transplantation a eu lieu 36 heures après son accident. De ce fait, il m'est difficile de savoir exactement la date du décès de Cédric. La date qui me hante, c'est celle du 19 juin, la journée où tout a changé.

«Cédric était l'aîné de mes enfants. Lorsqu'il est décédé, Pascal, son cadet, était âgé de 11 ans. Aujourd'hui, il a 14 ans. Autant pour lui que pour moi, cette période est angoissante.

«Après l'accident, il fallait absolument que je parle de la mort de Cédric. Il m'était impossible de me taire, cela aurait été le trahir. Un jour, j'ai voulu annoncer à une personne que j'estime beaucoup la mort de mon fils, car elle l'avait bien connu. Ma mère

Au Canada, la carte d'assurance-maladie comporte un encadré dans lequel la personne désireuse de faire don de ses organes appose sa signature.

s'est exclamée: "Voyons, Jeanne, tu ne vas pas l'appeler comme ça. Tu vas la déranger et elle ne saura pas quoi te dire. Tu vas la mettre mal à l'aise. De toute façon, elle se moque bien de Cédric. Pour qui prends-tu ton fils, pour le prince de Galles?" C'est l'expression qu'elle a utilisée! Avec le recul, je comprends ce qu'elle entendait par là; comme elle était incapable d'en entendre parler, elle voulait que je garde le silence. Mais ses paroles m'avaient profondément blessée. Depuis bientôt trois ans, j'ai très peu de contact avec elle.

«Les semaines qui ont suivi la mort de Cédric, j'ai eu des conflits continuels avec mon ex-conjoint. Comme par le passé, il s'attendait à ce que je me charge de tout. Quand ce n'était pas le cas, il se plaignait. Pourtant, il ne m'apportait aucun soutien et me laissait me débrouiller seule. Quand je me fâchais, ma mère me disait d'arrêter de me disputer avec lui et de laisser tomber; elle estimait que ce n'était pas important. Je trouvais cela très injuste, parce que tout ce que je faisais, c'était en mémoire de Cédric.

«Pendant six mois, je me suis éloignée de ma famille, ce qui me rendait très triste. J'ai passé de longues nuits à réfléchir et à pleurer; ils me manquaient beaucoup. En même temps, je ne voulais pas qu'ils soient près de moi ni partager mon intimité avec eux. Je ne voulais les revoir que lorsque je serais parvenue à ne plus nier la mort de mon fils et à maîtriser davantage mes émotions. J'avais peur qu'ils ne déclenchent ma colère ou ma tristesse, ou qu'ils me blessent par leurs commentaires. Je préférais attendre et me sentir suffisamment détachée d'eux pour être plus à l'aise lorsque je les rencontrerais. En fait, ma famille s'est effritée autour de moi; il ne me restait qu'un enfant.

«Pascal et moi nous sommes réorganisés à deux. Je pense que, pour lui, les choses n'ont pas été faciles. Par exemple, quand il avait un problème, était triste, avait besoin d'être écouté, voulait faire ou obtenir quelque chose, il ne pouvait s'adresser qu'à moi. Pour ma part, je ne pouvais compter que sur lui. Chacun de notre côté, nous nous sentions seuls, tristes. Même si nous étions contents d'être ensemble, nous n'arrivions jamais à oublier le vide laissé par le départ de Cédric.»

## Les réactions de la famille au moment de l'accident

La mort accidentelle d'un adolescent est un événement imprévisible. La famille n'a donc pas le temps de s'y préparer, et ce facteur peut contribuer à son éclatement. Immédiatement après le décès, les réactions des membres de la famille sont les suivantes: état de profond engourdissement, sentiment d'irréalité, besoin d'accuser quelqu'un ou quelque chose, nécessité de comprendre ce qui est arrivé, déni, colère, peur et impuissance. Les questions, les désagréments ou les conflits laissés en suspens les oppressent. Cette situation est à l'origine de tensions, de sentiments de culpabilité et de problèmes susceptibles de prolonger leur travail de deuil. On assiste alors fréquemment à l'apparition de troubles physiques et de détresse psychologique intense.

- Mon corps a été transformé en amas de chair prêt à vomir toute l'horreur qui se présentait sous mes yeux. Pourquoi elle? [...] La terre venait d'arrêter de tourner, l'existence était transformée en cauchemar. [...] Combien de fois ai-je hurlé son nom? Certaines scènes horribles apparaissent spontanément dans mon esprit. Je ne les cherche pas. Elles me trouvent toujours et sans avertissement. [...] La panique est reine et maîtresse durant ces moments. [...] Ah non! pas encore cette torture! (Larivière, 1990, p. 111-112)
- J'ai vu toute la scène. L'autobus scolaire est passé sur son corps, d'abord les roues avant, puis les roues arrière. Comment avais-je pu regarder? Pourquoi est-ce arrivé? Tous les jours, pendant près de deux ans, je suis restée à ma fenêtre pour guetter son retour. Puis, j'ai commencé à avoir la phobie des autobus scolaires. Chaque fois que j'en voyais un, je m'affolais. Je m'arrêtais sur le bord de la rue pour reprendre mon souffle...

Après la mort accidentelle de l'adolescent, les survivants se posent toujours la même question: La mort auraitelle pu être évitée? Leur réponse commence toujours par «si seulement». Ces «si nous avions su», «si nous avions pu», «si...» conduisent inévitablement la famille à s'interroger sur le «pourquoi» de la mort.

- Pourquoi l'accident a-t-il eu lieu?
- \* Pourquoi notre fils?
- \* Pourquoi notre famille?
- W Qu'avons-nous fait pour que cela nous arrive?

La mort accidentelle de l'adolescent met à l'épreuve tous les membres de la famille. Cependant, il y a à la fois des similitudes et des différences dans ce que les uns et les autres vivent. Ainsi, le lieu, le moment et la nature du décès peuvent avoir une résonance particulière pour chacun d'entre eux. Il arrive que l'un des membres de la famille ait été au nombre des victimes de l'accident ou qu'il en ait été le témoin impuissant. Quelquefois, l'accident est le résultat d'une négligence de la part de l'un des membres de la famille ou d'autres personnes. Enfin, chacun des membres de la famille avait une relation unique avec l'adolescent décédé. Ces facteurs sont susceptibles d'influer sur la façon dont les personnes survivantes et le système familial réagiront.

Au moment de l'accident, c'est moi qui conduisais.

Nous avons été fortement heurtés sur le côté par un énorme camion. Notre voiture a ensuite percuté contre des arbres. Notre fille est morte sur le coup. Ma femme, notre autre enfant et moi-même nous en sommes sortis avec des blessures diverses et des fractures. L'accident, de même que les journées à l'hôpital, sont revenus nous hanter longtemps. Notre douleur était insupportable et persistante. Comment survivre à cette épreuve en tant que personne, couple et famille? Nous perdions une fille; Alain perdait sa sœur. Allions-nous être assez forts pour demeurer unis et nous en sortir sains de corps et d'esprit?

Après le décès, il est primordial que le personnel soignant centre ses interventions sur la famille et les proches (membres de la famille étendue, petit ami, compagnons de classe, collègues, etc.) afin de les aider à s'adapter aux changements qu'ils sont appelés à faire. Cependant, de nombreuses familles ne se rendent ni au service des urgences ni au service des soins intensifs et n'ont pas de contact avec les professionnels de la santé. Dans ce cas, les policiers, les autorités judiciaires et les directeurs de salons funéraires doivent faire preuve de vigilance et les orienter vers les personnes-ressources susceptibles de leur apporter soutien et suivi après le décès.

Dans les cas où l'adolescent est conduit à l'hôpital avant son décès, les comptes rendus de l'expérience varient selon les familles. Si certaines estiment que les interventions n'avaient pas toujours un but clairement défini ni la même qualité, la plupart ont senti que les membres du personnel médical et infirmier essayaient de leur venir en aide.

Nous avons été traités avec beaucoup d'attention et de respect. Les médecins et les infirmières nous tenaient au courant de l'état d'André et de ce qu'ils faisaient pour essayer de le sauver. Même si nous étions extrêmement inquiets, nous savions qu'il était en bonnes mains et qu'on allait tenter l'impossible. Lorsqu'on l'a déclaré cliniquement mort, on ne nous a ni évités ni brusqués pour prendre des décisions. Nous avons pu le voir malgré ses nombreuses blessures. C'était atroce mais, par la suite, nous avons été contents de l'avoir regardé. Nous sentions que le personnel comprenait ce qui nous arrivait. Il compatissait à notre douleur et à notre chagrin. Nous avons pu exprimer nos émotions sans nous sentir jugés ni pressés de passer à autre chose; personne ne nous a par exemple harcelé avec des problèmes de papier à signer. Avant de partir, des soignants nous ont donné leur numéro de téléphone ainsi que celui de deux personnes qui travaillent auprès des familles endeuillées.

Pendant les heures où nous avons été à l'hôpital, nous avons eu affaire à différents professionnels de la santé. Certaines infirmières étaient plus à l'aise avec la mort, capables de compatir, de nous parler, de nous informer selon nos besoins. D'autres avaient plus de difficulté. Elles nous évitaient et ne nous regardaient pas. Nous nous sentions sous le choc, pris au dépourvu, ignorant tout du système de santé. Nous sentions qu'il ne fallait pas déranger. Nous voulions nous affirmer davantage et comprendre ce qui se passait, mais nous n'avions pas la capacité de le faire. Les infirmières qui étaient plus réceptives nous ont permis d'avancer. Dans une telle situation, le silence est sûrement l'élément le plus difficile à supporter.

Toutefois, il arrive que les relations avec les professionnels de la santé soient plus difficiles. Après cinq, voire sept ans, certains parents ressentent encore une vive douleur à cette évocation.

Après l'accident, les ambulanciers ont refusé que je monte dans leur véhicule. J'ai dû me rendre à l'hôpital avec une voisine parce que j'étais incapable de prendre ma voiture. Durant le trajet, je parlais à Dieu. Je lui disais qu'Il pouvait tout me prendre mais pas mon fils. Après, je Lui ai dit que, si mon fils devait être gravement handicapé, Il devait venir le chercher. Comme c'était un grand sportif, je ne pouvais me résoudre à le voir cloué au lit. À mon arrivée à l'hôpital, j'ai été accueillie par un prêtre et des policiers. Je ne comprenais pas pourquoi le personnel ne venait pas m'expliquer comment allait mon fils ni pourquoi on me faisait rencontrer le prêtre. Je n'avais pas envie de le voir. Tout ce qu'il me disait, c'est: "La Sainte Vierge vous comprend. Elle aussi a perdu un fils. » Je me suis énervée et l'ai envoyé chercher quelqu'un qui pourrait m'informer de l'état de mon fils

et me conduire à lui. En réalité, il savait déjà que mon fils était mort. Après un certain temps, je lui ai demandé si je devais prévenir mes proches et les faire venir. Son acquiescement a été pour moi la confirmation de ce que je redoutais et j'ai perdu tous mes moyens. Plus tard, lorsque les policiers et le prêtre ont annoncé la nouvelle à mon mari, il a failli se battre avec eux, tant il souffrait.

- Nous nous sommes sentis complètement bousculés.

  Tout le monde courait dans tous les sens sans trouver un moment pour s'arrêter auprès de nous. Nous, nous ne venions pas juste de perdre un chien ou un poisson rouge! Cela ne devait pourtant pas être la première fois qu'ils faisaient face à la mort accidentelle d'un adolescent. Quant à nous, nous n'y étions pas préparés, nous ne nous étions jamais retrouvés dans une telle situation. Comment pouvions-nous réagir? Le personnel ne tenait aucun compte de nos émotions, de nos questions, de notre perte. Nous avons été complètement abandonnés à nous-mêmes.
- Le contact que nous avons eu avec plusieurs membres du personnel infirmier et médical a été affreux.

  Notre enfant venait de mourir subitement dans un accident et, tout ce qu'ils avaient à nous offrir, c'était des calmants pour atténuer notre douleur. C'était absurde! Nous voulions garder l'esprit clair; ne pas vivre cette souffrance aurait été trahir notre enfant.

  Rien n'empêche le personnel hospitalier de faire preuve de compréhension et de compassion. Un simple geste d'affection nous aurait grandement réconfortés.

Durant la période qui suit immédiatement la mort de l'adolescent, la famille est plongée dans un état de stupéfaction et de choc. Elle traverse une crise aiguë où les émotions atteignent un paroxysme insoutenable. Les réactions qu'on observe le plus fréquemment sont l'incrédulité, le déni, la confusion, la peur, l'impuissance, le désespoir et la dépression. Dans certains cas, les membres de la famille manifestent leur douleur par des pleurs et des gémissements sourds, des crises d'hystérie, des accès d'agressivité, de la colère, de la rage et de la rancœur.

Quelquefois, il y a absence d'émotions ou, du moins, répression de celles-ci. Le calme, la fermeté et le contrôle dont font preuve les membres de la famille sont souvent temporaires et cachent des sentiments bouillonnants, susceptibles d'éclater à tout instant.

L'état de choc dans lequel je me trouvais m'a permis de faire face aux obligations matérielles qui se présentaient. J'ai joué le rôle de la femme forte, impassible. J'avais peur de m'effondrer. J'essayais de me convaincre que j'allais me réveiller de ce cauchemar.

Submergée par un sentiment d'irréalité et en plein déni, la famille réagit fortement lorsqu'on aborde avec elle la question du don d'organes et de l'autopsie. Les membres de la famille éprouvent de la difficulté à se concentrer et à prendre des décisions à cet égard parce que, pour eux, l'adolescent est peut-être encore vivant.

- Je refusais de croire ce qui était arrivé. Ça ne pouvait être lui. Il devait y avoir une erreur. Puis, je l'ai attendu et attendu. Il allait arriver et me dire qu'il était bel et bien vivant.
- Une fois que nous avons accepté de faire don de ses organes, plus personne ne s'est préoccupé de nous, de ce que nous vivions en tant que parents du donneur.

  Il y a eu toute une série d'événements malencontreux et d'indélicatesses qui nous ont laissés amers et dévastés.

  À notre avis, il est important d'améliorer le système actuel en ce qui concerne les dons d'organes. Les donneurs et leurs parents méritent d'être traités avec autant de respect et de dignité que les receveurs.

Il arrive que la famille ne puisse voir ni toucher le corps de l'adolescent décédé, ce qui risque d'avoir pour effet de prolonger la période de choc et de protestation.

> Comme notre fils avait fait don de ses organes, il a été maintenu artificiellement en vie pendant 12 heures; il était branché à toutes sortes d'appareils. Nous sentions que nous dérangions les médecins et les infirmières. Ils ne nous ont même pas offert d'être seuls avec lui quelques minutes. Nous ignorions nos droits, car c'était la première fois que nous faisions face à une mort soudaine. Après le prélèvement des organes, personne ne nous a proposé de revoir notre enfant. Nous ne l'avons donc jamais vu mort. Nous avons manqué une étape vraiment importante, et nous en souffrons encore. Si les membres du personnel hospitalier étaient trop occupés ou n'avaient pas les compétences pour expliquer le processus du don d'organes, ils auraient au moins pu nous remettre un dépliant sur le sujet pour nous permettre de mieux comprendre ce qui se passait et de faire notre choix. Après, cela aurait été à nous de choisir de le lire ou non mais, au moins, nous aurions eu la possibilité de nous appuyer sur ces informations pour éventuellement poser des questions.

Toutefois, le fait de voir le corps n'aide pas nécessairement la famille à traverser les étapes de la crise. Cette vision intolérable et l'extrême souffrance qu'elle entraîne plongent souvent les membres de la famille dans un état second persistant, en particulier lorsqu'ils ne peuvent bénéficier de l'aide de leurs proches ni d'un suivi professionnel.

Simon, 11 ans, avait peur de voir son frère. Quand il a touché son corps, il a dit: « Mais il n'est pas écrasé! » Après avoir écouté les informations télévisées, des amis lui avaient raconté que son frère avait été écrasé par une machine. Pendant près de deux semaines, Simon n'a plus voulu dormir à la maison. Nos pensées revenaient sans cesse sur la tragédie malgré nos efforts pour chasser ces cruelles images. De plus, nous étions presque incapables de nous remémorer les trop courts moments de bonheur que nous avions passés avec lui.

## Les réactions de la famille les premiers jours, les premiers mois

Plusieurs facteurs sous-tendent les réactions affectives de la famille, notamment les circonstances du décès, les causes de l'accident, le contact avec les professionnels de la santé, le soutien familial et social ainsi que les valeurs, les croyances et la culture de la famille.

L'un des aspects les plus difficiles de la mort accidentelle, c'est son imprévisibilité: la famille n'a pas eu le temps de se préparer au décès; elle n'a pas eu le temps non plus de dire adieu à l'adolescent, de dissiper les malentendus éventuels ni d'apaiser les sentiments blessés. Alors, au cours des jours, des semaines et des mois qui suivent l'accident, les membres de la famille vivent souvent une véritable torture. Pendant qu'ils recherchent la cause de la mort de l'adolescent et tentent désespérément de lui attribuer un sens, ils sont aussi aux prises avec des émotions telles que le blâme, la culpabilité, le remords, la colère, l'agressivité, le déni, la révolte et, parfois, le désir de vengeance.

- \*\*Pourquoi suis-je partie plus tôt le matin de son accident ?

  Comment se fait-il que j'aie été incapable d'empêcher cette tragédie ? Pourquoi nous étions-nous disputées la veille ?

  Pourquoi l'avoir privée de telle ou telle chose par le passé ? Pourquoi ? Pourquoi ? Ces questions résonnent sans cesse dans ma tête...
- Nous en voulions à la personne qui l'avait heurtée avec sa voiture. Pour nous, c'était elle la première responsable. Comment avait-elle pu autant manquer d'attention? Pourquoi l'avoir heurtée ainsi sur le

- trottoir? Nous voulions venger notre fille. L'agressivité et l'angoisse étaient omniprésentes. Pourquoi elle? Pourquoi nous?
- Nous en voulions à Dieu. Nous Lui en voulions d'être venu le chercher et d'avoir décidé que son heure était venue.

De plus, la mort accidentelle s'accompagne fréquemment de facteurs de stress supplémentaires. C'est le cas lorsqu'on n'a pas retrouvé le corps de l'adolescent après l'accident ou que la situation crée pour la famille un fardeau sur le plan financier. Par ailleurs, si l'événement donne lieu à une enquête judiciaire ou s'il est présenté dans les médias, les familles endeuillées, déjà aux prises avec une situation extrêmement difficile, risquent d'être stigmatisées et mises à l'écart par leur entourage. Cette situation a pour effet de limiter l'accès qu'elles pourraient avoir aux ressources qui leur seraient utiles pour accomplir leur travail de deuil.

- Le soir de l'accident, notre fille Christine, alors âgée de 20 ans, a dû répondre aux appels des journalistes qui voulaient avoir des informations sur « ce jeune homme de 16 ans décédé dans un accident du travail ». Elle leur a répondu qu'au lieu de chercher le sensationnel en s'adressant aux parents ils feraient mieux de se rendre sur les lieux de l'accident.
- Cela a été terrible de lire le rapport de l'autopsie. Puis, il y a eu des poursuites judiciaires contre le chauffeur d'autobus scolaire qui avait heurté mortellement notre fils et contre certains policiers soupçonnés de négligence. J'ai dû me rendre seule au tribunal; mon conjoint disait qu'il souffrait trop pour m'accompagner, et ma mère ne cessait de pleurer. J'ai revécu l'accident. J'ai revu les terribles photos montrant mon fils mort dans la rue. Le chauffeur a été acquitté, alors qu'il avait déjà été jugé responsable de la mort d'une autre personne par le passé.

Où était la justice? Le lendemain de la mort de notre fils, le chauffeur a repris son travail. Par la suite, il nous a harcelés, nous téléphonant à plusieurs reprises pour nous injurier, alors qu'il avait tué notre enfant! Nous avons été obligés de retourner devant la justice. Tous ces événements ont énormément compliqué mon deuil.

De plus, il arrive que les membres de la famille s'adressent des reproches d'une grande sévérité ou qu'ils fassent le procès des personnes ou des éléments liés, de près ou de loin, au décès de l'adolescent. La recherche d'un responsable, qui sert d'exutoire à la tension, à l'anxiété et à l'impuissance qu'ils ressentent, est une réaction prévisible après le décès.

- Alors que nous transportions les bagages dans le chalet, notre fils est tombé dans la rivière et a brusquement coulé. Il est parti sans un adieu, nous laissant sur la rive, anéantis. Par la suite, une question nous revenait sans cesse: le cauchemar allait-il finir un jour? Plus tard, nous en avons discuté. Il y avait deux solutions: ou nous nous rejetions la faute les uns sur les autres, chacun replié sur soi, risquant ainsi de détruire notre famille, ou nous décidions de foncer, de relever nos manches et d'en parler. Nous avons choisi la seconde solution, mais cela n'a pas été facile.
- Depuis que j'avais 11 ans, nous nous disputions beaucoup. Je l'aimais la plupart du temps, mais il m'arrivait de la détester et de souhaiter la voir s'en aller. Mais je ne voulais pas que ce soit pour toujours! Pourquoi pas une autre? Pourquoi pas moi?
- Pendant les jours qui ont précédé l'accident, nous nous étions disputés à plusieurs reprises sans avoir réussi à nous écouter, à nous comprendre ni à nous réconcilier.

Après sa mort, je me suis senti responsable et je ne me le pardonnais pas. Pourquoi avoir laissé ces discussions et cette colère en suspens? Pourquoi ne pas avoir terminé sur quelque chose de constructif? Pourquoi était-il parti? Je m'en voulais, je lui en voulais. Ensuite, je me sentais honteux d'avoir eu de telles pensées. Et le cercle vicieux recommençait! Il m'est encore difficile d'avouer ces choses.

Nous pleurions la même perte, mais il nous était difficile de nous soutenir l'un l'autre. Nous relations nos souvenirs et c'était à qui des deux en raconterait le plus: il l'accompagnait au hockey; je lui préparais des desserts dont il raffolait. Nous nous sommes fait beaucoup de mal. Notre couple était déjà brisé depuis la naissance de notre deuxième fils, qui était handicapé. Mon conjoint s'occupait de Marc et moi du plus petit, qui était malade et demandait plus de soins. Chacun faisait partie d'un clan. Mon conjoint m'a fait beaucoup de reproches, car il considérait que Marc était à lui. Je n'avais donc pas le droit d'avoir de peine après son décès. Il me demandait sans cesse pourquoi je n'avais pas réagi lors de l'accident; j'avais vu Marc se faire écraser sans avoir pu faire quoi que ce soit. Mon mari disait que j'étais responsable de sa mort. Je me suis sentie coupable et j'ai longtemps ressassé ces reproches. Je savais que c'était un accident, mais je portais ce fardeau sur mes épaules.

Le départ inattendu de l'adolescent crée une déchirure béante au sein de la famille et de son entourage. De retour à la maison, tout renvoie les membres de la famille à leur perte: la chambre de l'adolescent désertée, ses effets personnels rapportés par les policiers, ses disques, ses cassettes vidéo et ses livres éparpillés çà et là, les préparatifs pour la cérémonie funéraire, la désolation et l'abattement de ses amis intimes et de ses camarades de classe.

- Après l'accident, il a fallu s'occuper des derniers arrangements. Il a fallu choisir le cercueil et les vêtements qu'il porterait. Comme il avait perdu ses jambes, on ne lui mettrait ni chaussettes ni souliers. Nous avons trouvé cela très dur à vivre. Il fallait aussi décider si le cercueil serait ouvert ou non. Nous ne voulions pas qu'il soit exposé si son expression montrait qu'il avait souffert ou eu peur. Nous avions demandé au directeur du salon funéraire de fermer le cercueil si nous lui faisions signe. Mais il était beau, tellement beau...
- Notre fils avait une amie. Il a fallu la prévenir avant qu'elle ne l'apprenne en écoutant les informations.

  Cela n'a pas été facile. Nous nous sommes occupés d'elle. Pendant un an, elle est venue à la maison tous les dimanches. L'été, j'allais souvent au cinéma avec elle. Depuis, elle a un autre ami, mais elle cherche encore un compagnon stable. Elle revient régulièrement nous voir.
- L'église était bondée. Les amis de mon fils ont porté le cercueil. Après la cérémonie, ils sont tous venus à la maison et ont demandé un objet ayant appartenu à Pierre. Par la suite, l'un d'eux a eu une mononucléose, un autre, une rougeole. Un des garçons a porté le chandail de hockey de Pierre tout l'été. Parmi les amis de Pierre, celui qui venait le plus souvent à la maison n'est jamais revenu après son décès. Deux autres lui ont rendu visite au cimetière pendant trois ans, presque tous les jours durant l'été. Enfin, un de ses amis passe encore souvent à la maison et s'occupe de notre plus jeune fils, Simon.

Viennent ensuite les pensées obsédantes résultant du vide prématuré laissé par la perte de l'adolescent. D'après les témoignages, on remarque que presque tous redoutent qu'un autre accident ou un autre décès ne se produise au sein de la famille. Il est fréquent que les parents soient paniqués dès que la sonnerie du téléphone retentit ou que l'un des membres de la famille est en retard. Les membres de la fratrie se réveillent souvent en sueur au milieu de la nuit, la réalité de la mort les poursuivant jusque dans leur sommeil. La famille est alors accablée par la peine, la douleur, le regret, la solitude et le désespoir (Miles, 1987). Elle n'arrive pas à croire que l'adolescent disparu ne reviendra plus et elle le recherche à travers différents souvenirs et gestes quotidiens.

- Je rêvais souvent de lui. J'entendais sa voix m'appeler. Il me manquait tellement. J'avais peur d'oublier son visage. Il avait emporté avec lui les souvenirs de notre enfance. Maintenant, il n'y a que moi qui me souviens.
- "J'ai lu tous les livres traitant de la mort et de la vie après la mort. J'ai aussi écrit beaucoup pendant plusieurs années. Enfin, j'en ai souvent parlé avec mon mari.
- Je puisais continuellement dans les souvenirs que j'avais d'elle. Je la cherchais toujours lorsque j'étais dans une foule, pensant la reconnaître ou l'entendre. Je suis aussi souvent retourné au cimetière seul ou avec ma femme et mes autres enfants. Pendant longtemps, quand je repassais sur le lieu de l'accident, j'étais pris de frissons et d'une envie de vomir.

Le désir lancinant de revoir l'adolescent devient si douloureux que certaines familles choisissent de nier la mort elle-même ou la douleur suscitée par le souvenir (Miles, 1987).

Pour nous, il ne pouvait pas être mort. Il s'agissait d'une erreur. Il serait sûrement de retour bientôt.

Avec le temps, les membres de la famille doivent se rendre à la désolante évidence que l'adolescent ne reviendra plus. À ce stade, ils sont assaillis de nombreuses questions, qui ne cessent de revenir à leur esprit.

Qu'allons-nous devenir maintenant qu'il n'est plus là?
Qu'adviendra-t-il de notre famille? Comment allons-nous
survivre à ce chagrin qui ne s'estompe pas? Savait-il
combien on l'aimait? A-t-il eu le temps d'avoir peur et
de souffrir avant sa mort? Se sent-il bien maintenant?
Que fait-il? Où est-il? Est-ce qu'il nous voit et nous
entend? Que faisons-nous sur la terre? Pourquoi cette
vie? Pourquoi tant d'injustices et de souffrances?
Pourquoi tant d'amour perdu? Comment rester en vie
sans lui? Est-ce que la vie vaut vraiment la peine d'être
vécue? Comment garder un lien avec notre enfant?
Retrouverons-nous un jour le bonheur après un
tel drame?

Le décès de l'adolescent force les membres de la famille à réfléchir sur eux-mêmes et les relations qu'ils ont entre eux. Cette remise en question est particulièrement périlleuse, car la famille qui a des adolescents est déjà fragilisée par les nombreuses transformations liées à son stade de développement. C'est pourquoi la redéfinition des valeurs et des croyances ainsi que l'établissement de nouvelles limites aux comportements des membres de la famille se révèlent des processus lents et ardus, mais nécessaires.

La famille a été prise au dépourvu par la mort soudaine de l'adolescent. Déjà durement éprouvée, elle n'est cependant nullement à l'abri d'autres épreuves, car des difficultés, anciennes ou nouvelles, peuvent surgir à tout moment. Sans boussole ni carte, le bateau familial vogue à la dérive, ses passagers étant souvent épuisés et dépassés par la perte qu'ils ont subie. Tant bien que mal, certains essaieront de puiser dans leurs expériences et le peu d'énergie qu'il leur reste pour soutenir leurs proches et prendre la même direction qu'eux. Malheureusement, d'autres, qu'ils soient enfants ou adultes, en seront incapables et auront besoin d'aide pour s'en sortir et briser leur isolement.

Au moment de l'accident, ma mère venait d'être opérée pour un cancer de la gorge. Et 10 ans avant, mon mari avait perdu subitement et en très peu de temps son frère,

sa sœur, un de ses meilleurs amis et son père. Avant la naissance de mon fils, j'avais fait quatre fausses couches. Par la suite, nous avons eu un fils handicapé. Alors, quand notre fils aîné est mort dans un accident de la route, mon mari avait subi tant de pertes qu'il n'a pas pu faire face à celle-là. Il disait: «Je n'aimerai plus jamais personne; chaque fois que j'aime quelqu'un, on vient me l'enlever. » Dorénavant, il avait l'intention de vivre en solitaire. Nous avons suivi une thérapie, à la fois individuelle et conjugale. Il consommait beaucoup d'alcool et de médicaments. Tous les soirs, il soupait près du cimetière et buvait deux bières. Il m'a trompée à plusieurs reprises et m'a même fracturé l'os de la joue, un soir qu'il était rentré d'une fête, complètement ivre. Il affirmait qu'il allait en thérapie pour me faire plaisir et me faire taire. Je me suis épuisée. Lorsque je rencontrais des gens, ils me demandaient constamment des nouvelles de ma mère et de mon mari, et les plaignaient beaucoup. En revanche, personne ne s'informait de moi, alors que je prenais soin de tout le monde et que je m'arrangeais toute seule. Je me sentais humiliée et bafouée. Un jour, je me suis rendu compte que je n'avais plus confiance en mon mari ni aucun avenir avec lui; j'ai décidé de le quitter. Quelque temps plus tard, j'ai fait un burnout. l'ai décidé de suivre une thérapie. L'ai alors commencé à vivre réellement mes deuils, deux ans après la mort de mon fils. Je criais, je pleurais, je répétais sans cesse les mêmes choses; j'ai revécu chacun de ces deuils des dizaines de fois.

Dans ce climat de désarroi, les membres de la famille présentent souvent divers symptômes sur le plan physique. Le stress important occasionné par l'accident, les formalités judiciaires et médicales et le décès subit de l'adolescent a fréquemment pour effet de miner l'état de santé des individus. Lorsqu'ils se décident enfin à consulter un médecin, ils mentionnent des problèmes de nature diverse touchant entre autres les systèmes tégumentaire, digestif, rénal, respiratoire, cardiaque, vasculaire et locomoteur: acné, eczéma, nausées et vomissements, hypercholestérolémie, anémie, fatigue généralisée, perte de poids, infections urinaires répétées, asthme, malaises cardiaques, problèmes circulatoires, maux de dos, douleurs articulaires, ostéoporose, ménopause précoce, insomnie, cauchemars, etc.

- Ma femme et moi avons dû vieillir de 15 ans en l'espace de quelques mois. J'ai eu des problèmes cardiaques et Diane avait une douleur qui partait de la nuque et se propageait jusqu'aux jambes. Nous étions deux éclopés!
- J'ai quitté mon emploi. À un moment donné, je ne pesais plus que 45 kg. J'étais épuisée, j'avais du mal à m'occuper de mes autres enfants. Je ne m'habillais plus, je ne mangeais plus. J'étais devenue très irritable. Rien n'allait plus. J'ai dû me résigner à demander de l'aide auprès d'un médecin généraliste et d'un psychiatre.

Outre les difficultés d'ordre physique, les membres de la famille souffrent souvent de problèmes d'ordre psychologique après le décès de l'adolescent. Les manifestations les plus fréquentes sont la souffrance intérieure, l'angoisse, la dépression, l'isolement social, l'apathie, l'hyperactivité, l'agitation, les phobies de nature diverse et les obsessions. De plus, il arrive que certaines personnes consomment des tranquillisants, de la drogue ou de l'alcool, ou qu'elles aient des démêlés avec les supérieurs au travail ou avec la justice.

Après la mort de l'adolescent, le fonctionnement de la famille subit plusieurs changements. Le premier changement concerne les rôles respectifs des membres de la famille. La mort de l'enfant est vécue comme une double perte, en particulier dans les petites familles. En effet, elle entraîne la perte du rôle de parent lorsque l'adolescent était l'unique enfant de la famille (Davies, 1987; 1989).

Dans d'autres cas, le cadet de la famille devient subitement l'aîné.

I'étais en colère contre ma sœur car elle m'avait abandonnée. Je détestais le fait de devenir l'aînée. J'aimais être la seconde, ne pas être sur la sellette, ne pas toujours être obligée de donner l'exemple et d'être responsable. Elle m'avait laissée tomber. Je me sentais trahie.

La mort soudaine de l'adolescent bouleverse également la manière de communiquer à l'intérieur de la famille. Ainsi, dans certains cas, les membres de famille notent que le décès de l'adolescent les a poussés à faire preuve d'une grande franchise les uns envers les autres. Ils s'encouragent mutuellement à exprimer librement leurs pensées, leurs perceptions, leurs opinions et leurs sentiments, permettant ainsi à l'énergie familiale, nourrissante et créatrice, de circuler entre eux.

- Nous n'avons plus peur des mots. Quand surgit un désaccord, un malentendu ou un conflit, nous ne ruminons pas longtemps cette idée avant d'en parler.
- Nous nous intéressons beaucoup plus à ce que chacun d'entre nous vit. Nous nous racontons nos joies, nos peines, nos inquiétudes et nos doutes. Nos différends nous font moins peur qu'auparavant. Nous ne nous sentons plus menacés lorsque nous constatons qu'il existe des divergences d'opinion. Nous pensons qu'il faut respecter les goûts et les centres d'intérêt de chacun, et que les différences constituent une richesse. Nous acceptons qu'il existe de multiples façons de percevoir la réalité.

À l'opposé, il existe des familles qui ont des difficultés considérables sur le plan de la communication. On assiste souvent à l'accentuation des blocages, des censures et des tensions, qui perturbaient déjà, avant la mort de l'adolescent, les relations entre les conjoints ou les relations entre ces derniers et leurs enfants.

- La mort de notre fils n'a fait qu'amplifier les difficultés que nous connaissions depuis plusieurs mois. Après son départ, les problèmes de communication sont vite devenus invivables. Nous avons dû nous en occuper; nous avons décidé de demander de l'aide, car nous ne pouvions continuer à vivre ainsi. Il faut dire que nos autres enfants nous poussaient également dans cette direction.
- J'étais incapable de parler de la mort de mon fils.

  J'utilisais des expressions comme « avant l'accident »,

  « quand c'est arrivé » ou « ce qui est arrivé », ou je parlais
  de lui au présent. Chaque fois que je prononçais son nom
  ou qu'un proche me parlait de lui, mes yeux s'inondaient
  de larmes, que j'essuyais en vitesse. Puis, à force
  d'apprivoiser sa mort en parlant avec ma femme et mes
  autres enfants et après avoir lu des livres sur le sujet,
  c'est devenu de moins en moins dur. J'avais encore mal,
  mais j'étais capable d'en parler plus facilement.

Nombre d'adolescents survivants affirment ne jamais avoir parlé du décès avec personne (Davies, 1993). Le silence s'explique souvent par le sentiment de culpabilité qu'ils éprouvent pour diverses raisons: parce qu'ils sont vivants et en bonne santé; parce qu'ils ont, à un moment donné de leur vie, souhaité le départ ou la mort de leur frère ou de leur sœur; ou parce qu'ils en veulent à leurs parents d'avoir des difficultés à reprendre leur vie en mains, à terminer leur travail de deuil ou à reconnaître la douleur et les problèmes des membres de la fratrie. Il n'est pas rare que ces derniers souhaitent être morts à la place de leur frère ou de leur sœur.

Par la suite, en particulier lorsqu'ils ne peuvent plus contenir les sentiments qui les oppressent, les adolescents poussent souvent les parents à réagir et à rétablir la communication au sein de la famille. Ils s'y prennent généralement de manière inconsciente, en adoptant un style de communication masqué et indirect (voir chapitre 2). En effet, c'est souvent par le repli sur soi ou la rébellion que les adolescents suscitent la réaction de leurs parents.

Sur le plan de la sexualité, les parents et les adolescents disent éprouver un profond besoin de rapprochement, d'affection, de tendresse, d'amour et de contacts intimes avec leur partenaire. Certains d'entre eux ont repris leurs activités sexuelles rapidement après la mort de l'adolescent. Malgré la douleur suscitée par le décès, ils souhaitent ainsi canaliser d'une manière positive leurs sentiments dévastateurs, sentir qu'ils sont vivants, avoir une présence réconfortante, être en communion avec leur partenaire et retrouver une certaine stabilité.

Après le décès, nous avions besoin de sécurité, d'un havre de paix. Faire l'amour nous enveloppait dans un cocon protecteur. Peut-être était-ce aussi une manière de communiquer, une façon de défier la mort.

En plus d'être accablés par un fort sentiment de culpabilité, les parents et les adolescents endeuillés ont souvent l'impression que le temps s'est arrêté depuis le départ de la personne chère et que leur douleur physique et morale est sans fin. L'accomplissement des tâches quotidiennes leur apparaît comme un purgatoire. Leur détresse est d'autant plus grande que leur entourage semble nier la mort de l'adolescent et ne pas s'intéresser à leur situation.

Bien des gens de notre entourage nous disaient que les choses allaient s'arranger avec le temps. Ils voulaient dire par là que la souffrance allait lentement s'estomper. Cependant, à cette époque, nous ne voulions pas entendre parler du temps, mais plutôt de ce que la perte de notre enfant éveillait en eux et quels souvenirs ils gardaient de lui. Nous avions surtout besoin de chaleur et de compassion pour traverser cette période si difficile.

Les témoignages révèlent également que plusieurs membres de la famille éprouvent un sentiment de jalousie devant le bonheur des autres. Ainsi, le fait de voir des adolescents en bonne santé et des familles heureuses ravive la douleur des parents.

- Pourquoi sont-ils heureux, et pas nous? Que faire pour que la plaie se cicatrise?
- Tout de suite après le décès, nous avons vécu une grande période de jalousie. Nous voyions des adolescents qui avaient l'âge de notre fille, pleins de vie et enthousiastes. Nous enviions leurs parents et aurions donné n'importe quoi pour que notre fille nous soit rendue.

Si la plupart des adultes essayent de se maîtriser dans ce genre de situation, certains ont tendance à s'isoler de plus en plus afin de moins souffrir. Généralement, ils se rendent vite compte que cette attitude risque d'être nuisible, car elle les prive de l'aide et du soutien dont ils ont besoin pour cheminer dans leur travail de deuil.

De leur côté, les adolescents survivants peuvent jalouser l'attention et l'amour que leurs parents portent à leur frère ou leur sœur disparus. Étant donné le stade de développement auquel ils se trouvent, ils doutent facilement de la place qu'ils occupent réellement dans le cœur de leurs parents. Tout comme les adultes, certains jeunes ont alors tendance à se replier sur eux-mêmes, alors que d'autres crient à l'injustice avec la véhémence propre à leur âge. En fait, ces réactions reflètent à la fois leur détresse, leur désir de se réconcilier avec leurs parents et leur besoin d'obtenir l'attention bienveillante de ces derniers.

Après quelques mois, l'attitude protestataire fait place à une profonde tristesse, qui peut aller jusqu'au désespoir. En apparence, parents et adolescents survivants semblent s'être à peu près remis de la perte; la plupart ont repris leurs activités et s'acquittent convenablement de leurs tâches. Toutefois, un examen plus attentif révèle que l'attitude des membres de la famille est une façade. En réalité, un ressort invisible semble être brisé au fond d'euxmêmes, un ressort qu'ils auront du mal à réparer.

Les membres de la famille redoutent à chaque instant d'être incapables de traverser leur épreuve. Impuissants face aux imprévus et à la fragilité de la vie, ils deviennent très vulnérables sur le plan affectif. Ils sont fréquemment tenaillés par la peur de mourir, la peur d'être blessés ou de blesser à leur tour, la peur de provoquer la dissolution de la famille ou la peur de s'engager. Certains membres de la famille pensent d'ailleurs que le décès risque de causer le divorce des conjoints.

- Le décès de notre fils a eu sur nous l'effet d'un catalyseur. Nous avions déjà des difficultés en tant que couple. Son départ n'a fait que souligner l'éloignement et les dissensions existants. La séparation est vite devenue inévitable.
- À un moment donné, la peur a pris toute la place dans notre vie. Mes parents étaient devenus surprotecteurs. Ils s'inquiétaient à propos de tout et de rien. Moi, je fuyais les responsabilités et toute forme d'engagement. Je ne voulais m'attacher à personne. Je ne voulais plus m'engager ni aimer. Les êtres étaient éphémères; ils pouvaient mourir et me faire encore souffrir.

En revanche, dans d'autres cas, le décès a entraîné un rapprochement entre les membres de la famille. Ainsi, des parents et des enfants vont ensemble s'adonner à des activités culturelles ou faire du travail bénévole: être actifs dans leur communauté religieuse; s'occuper d'une œuvre de charité; prendre soin d'enfants, de personnes âgées ou de personnes en difficulté; etc.

Durant cette phase du deuil, les membres de la famille se posent souvent les questions suivantes: Quelle serait son apparence aujourd'hui? Sa voix aurait-elle changé? À qui ressemblerait-il? Que ferait-il? Quels seraient ses goûts et ses centres d'intérêt? Quels amis aurait-il? Quelles seraient ses activités préférées? Quel genre de relations aurions-nous avec lui?

Ces projections dans un avenir qui ne s'accomplira jamais de même que l'afflux de souvenirs renvoient brutalement les membres de la famille à la dure réalité de la mort de l'adolescent. Comment maintenir un lien positif avec lui? Que faire de leur passé commun?

Le temps nécessaire à l'adaptation à la perte varie selon les individus et les familles. Ils ne disposent ni de

recette ni de mode d'emploi pour faire des choix éclairés et affronter les difficultés quotidiennes ainsi que les fêtes, les anniversaires et le temps qui passe. Cependant, toutes les familles interrogées estiment que le respect de soi et d'autrui, l'estime de soi, l'intérêt pour ce que vivent les autres de même que l'affirmation de soi, de ses valeurs et de ses croyances facilitent ce processus complexe. Les membres de la famille ont besoin de temps pour retrouver la paix intérieure. C'est une bataille pour survivre qu'ils mènent; c'est un perpétuel recommencement.

- La première année, j'étais incapable de regarder les photos, les films vidéo ou les souvenirs de mon enfant. La deuxième année, c'était l'inverse; j'étais impatiente de revenir à la maison pour me plonger dans nos souvenirs communs. Aujourd'hui, c'est différent: j'ai des flashback. Des événements me rappellent mon fils. Certains me dérangent. Je pleure un instant et je me sens mieux après. J'ai beaucoup évolué à cet égard, et c'est normal. Je ne me juge plus ni n'accepte que les autres me jugent.
- Chaque année, le jour de son anniversaire de naissance et celui de son décès, nous allons déposer un bouquet sur la tombe de notre fils. À certaines occasions particulières, à Pâques ou au début des vacances, nous apportons quelque chose de symbolique pour nous et nous nous recueillons. Nous avons besoin de le faire. C'est un contact privilégié que nous gardons avec lui, une sorte de continuité dans notre relation.

### Les relations avec les frères et sœurs

Avant d'examiner les relations entre les parents et les membres de la fratrie, nous allons décrire comment les adolescents conçoivent la mort et de quelle façon ils réagissent à la mort de leur frère ou de leur sœur.

### La conception de la mort chez les adolescents

Les adolescents possèdent une conception de la mort similaire à celle des adultes. En effet, ils sont capables de comprendre qu'il s'agit d'un phénomène irréversible, inévitable et universel, et de déterminer les facteurs qui en sont à l'origine.

Les adolescents sont également en mesure d'effectuer des opérations mentales, de formuler des hypothèses, de faire des déductions et d'approcher des problèmes de manière systématique, par exemple. Durant cette étape de leur développement, ils sont souvent introspectifs et raffinent leur sens critique en même temps qu'ils approfondissent leurs croyances religieuses. Enfin, ils acquièrent de plus en plus le sens de la morale de même que celui de leur identité personnelle (Balk, 1990). Toutefois, comme leur pensée n'a pas atteint sa pleine maturité, ils continuent d'être égocentriques. Ces aspects du développement intellectuel des adolescents ont une influence sur la conception qu'ils ont de la mort.

Comme le soulignent Séguin et Fréchette (1995), les adolescents jouent mentalement avec le concept de mort afin de mesurer leurs limites et leur maîtrise sur la vie. Aussi ne sont-ils pas toujours en mesure d'évaluer le danger potentiel de certains événements et leurs conséquences possibles. De ce fait, ils ont parfois le sentiment qu'euxmêmes ou leurs proches sont quasi invincibles (Hetzel et coll., 1991). La mort, cela n'arrive qu'aux autres, se disent-ils. Par ailleurs, ils inventent fréquemment des histoires dans lesquelles eux-mêmes ou une personne de leur entourage perdent un être cher ou tiennent le rôle du défunt.

Par conséquent, le fait que les adolescents s'imaginent souvent face à un public imaginaire joue sur la perception et la compréhension qu'ils ont de la mort (Séguin et Fréchette, 1995). Comment réagiraient-ils à la mort de leurs parents, de leurs frères, de leurs sœurs ou de leurs amis? Quelles seraient les réactions de leur famille et de leurs pairs face à leur mort?

En raison de leur tendance à l'égocentrisme, les adolescents ne sont pas toujours capables de bien distinguer les

idées superficielles des réflexions profondes, l'objectif du subjectif, et l'universel du particulier. C'est pourquoi il leur est particulièrement difficile de faire face à la mort de l'un de leurs pairs (Hetzel et coll., 1991).

#### Les réactions des adolescents à la mort d'un frère ou d'une sœur

Jusqu'à présent, seuls quelques chercheurs ont étudié en détail la réaction des adolescents à la mort d'un frère ou d'une sœur (Lehman, Lang et Sorenson, 1989; Balk, 1991). Or, on sait maintenant que cette perte risque d'avoir des conséquences graves sur les membres de la fratrie étant donné qu'ils passent une grande partie de leur temps les uns avec les autres.

Entre 1960 et 1980, plusieurs études ont décrit les effets dévastateurs du décès d'un pair sur les adolescents. De ces études, on a conclu dans l'ensemble qu'il était anormal pour les membres de la fratrie de connaître des difficultés comportementales — détresse psychologique et problèmes d'adaptation à long terme — après la mort d'un frère ou d'une sœur.

Cependant, des auteurs comme Balk (1983, 1990) et Davies (1987, 1991, 1993) font remarquer que nombre de ces études n'étaient pas centrées sur les adolescents; elles analysaient plutôt la façon dont les parents percevaient les réactions de ces derniers. De plus, certaines données provenaient de professionnels de la santé s'occupant non pas d'adolescents endeuillés mais d'adolescents en difficulté. Il est à noter également que certaines de ces études rétrospectives n'ont pas été effectuées auprès de familles en deuil mais visaient à établir la relation chez certains adultes entre la dépression et un deuil non résolu durant l'adolescence. Ouant aux études portant plus particulièrement sur les réactions des adolescents endeuillés, elles n'incluaient aucune comparaison avec des normes préétablies ni avec des groupes témoins. Enfin, on observe que les troubles du comportement étaient définis de façon très variable d'une étude à l'autre.

D'autre part, on a longtemps cru que les adolescents survivants surmontaient rapidement le deuil d'un frère ou d'une sœur. C'est pourquoi, dans la plupart des études, les auteurs ont cherché à décrire les réactions de deuil uniquement au moment du décès ou peu après celui-ci; ils s'appuyaient sur l'hypothèse que la résolution du travail de deuil s'effectuait entre quelques semaines et deux ans après le décès. De ce fait, les effets du décès à long terme sur les adolescents endeuillés ont été peu étudiés.

Il est donc important de demeurer critique en ce qui concerne les écrits qui traitent du deuil chez les adolescents. Si on estime que tout événement important entraîne des modifications prévisibles sur le plan de l'affect et des comportements, on peut raisonnablement considérer les changements de comportement observés chez les adolescents après la mort de leur frère ou de leur sœur comme une forme d'expression normale de leur deuil.

En premier lieu, il est extrêmement rare que les adolescents ne pensent jamais à leur frère ou à leur sœur décédés (Davies, 1993). Selon les témoignages, la majorité d'entre eux pensent à la personne disparue tous les jours et en certaines occasions spéciales.

Les membres de la fratrie se remémorent fréquemment l'adolescent décédé: lorsqu'ils regardent des photographies ou un film vidéo où il figure; lorsqu'ils rencontrent quelqu'un qui lui ressemble; lorsqu'ils repassent par des lieux qu'ils fréquentaient ensemble; lorsqu'ils entendent parler de quelqu'un ayant vécu une situation similaire à la leur; etc. De plus, le souvenir de l'adolescent surgit souvent lorsque les frères et sœurs survivants atteignent l'âge qu'avait l'adolescent au moment de sa mort ou qu'ils franchissent une nouvelle étape de leur développement, ou lorsqu'ils s'ennuient de la personne disparue et de leurs activités communes.

Après le décès de leur frère ou sœur, il arrive que certains adolescents aient des idées suicidaires liées soit à un état dépressif, soit à l'incapacité de résoudre des problèmes personnels ou des conflits familiaux. Les adolescents souhaitent alors retrouver leur frère ou sœur, espérant ainsi échapper à leur souffrance ou à leurs difficultés personnelles et familiales.

Sur le plan affectif, les réactions des jeunes endeuillés varient. Les principaux facteurs d'influence sont décrits au tableau 9.1.

#### LES RÉACTIONS DES JEUNES ENDEUILLÉS: FACTEURS D'INFLUENCE

Tableau 9.1

- la façon dont ils perçoivent l'unité entre les membres de la famille (Y a-t-il ou non cohésion familiale?);
- la communication avec les autres membres de la famille;
- les comportements qu'ont les parents entre eux et avec les enfants survivants;
- la quantité et la qualité du soutien affectif prodigué par les parents et l'entourage (amis, professeurs, etc.);
- la capacité de comprendre réellement ce qui s'est passé (Sont-ils capables de raisonnement hypothéticodéductif? Leurs pensées sont-elles marquées par l'égocentrisme? Ont-ils suffisamment d'informations? L'un de leurs proches est-il capable de corriger au besoin leurs perceptions erronées ou déformées?);
- leur personnalité;
- les crises qu'ils ont connues par le passé;
- les antécédents de pertes ainsi que les pertes actuelles;
- leur état de santé physique et mental;
- la nature des relations avec l'adolescent décédé (Quelle était la différence d'âge? Les relations étaient-elles distantes ou proches? Les liens étaient-ils conflictuels ou harmonieux? Les relations étaient-elles marquées par la complicité ou l'indifférence?);
- les circonstances du décès (Comment le décès est-il survenu? Étaient-ils présents? L'adolescent a-t-il souffert? Est-il mort sur le coup? Le décès aurait-il pu être prévenu? etc.).

La mort d'un frère ou d'une sœur engendre chez l'adolescent un état de choc, de la confusion, de la dépression, de la colère, de l'agressivité, de la tristesse, le repli sur soi, de la peur et de la culpabilité. Ces sentiments et ces réactions persistent quelquefois plusieurs années après le décès.

Les adolescents réagissent mieux s'ils ont la possibilité de discuter de sujets personnels avec leurs proches et s'ils sentent qu'il existe une certaine cohésion au sein de la famille (Davies, 1987). Au moment du décès, ils sont en état de choc, souffrent d'apathie, d'isolement, et croient que leurs sentiments de mal-être ne se dissiperont jamais (Balk, 1981, 1983). Ils ont cependant moins tendance à se sentir coupables et à réprimer leurs émotions que les adolescents qui doivent se taire. En outre, plus tard, même s'ils sont souvent aux prises avec la dépression, les premiers souffrent moins fréquemment d'angoisse, de solitude et de léthargie, par exemple, que les seconds (Applebaum et Burns, 1991).

Il arrive qu'on voie apparaître chez les adolescents survivants des difficultés sur le plan comportemental. Celles-ci sont susceptibles de resurgir à chacune des étapes de développement ultérieures parce qu'ils chercheront à comprendre davantage ce qu'ils ont vécu et ce qu'ils ont appris de la mort à l'aide des nouvelles expériences qu'ils ont faites et des compétences cognitives supplémentaires qu'ils ont acquises (Miles, 1987).

De nombreux adolescents révèlent qu'ils se confient rarement; ils gardent au fond d'eux-mêmes ce qu'ils pensent ou ressentent par rapport au décès de leur frère ou sœur (Davies, 1987). Aussi n'est-il pas rare qu'ils aient tendance à être anxieux et très repliés sur eux-mêmes. À l'opposé, chez certains adolescents, la souffrance se manifeste parfois de façon très intense (Séguin et Fréchette, 1995).

Sur le plan physique, les jeunes endeuillés sont fréquemment sujets aux problèmes suivants: maux de tête, acné, difficultés respiratoires, eczéma et allergies diverses, douleur généralisée, crampes abdominales, troubles alimentaires, insomnies, cauchemars et somnambulisme. Sur le plan psychologique, ils expriment leur douleur quelquefois par des accès d'agressivité, des crises de pleurs, une tendance à la rêverie ou des sautes d'humeur (Miles, 1985). Certains adolescents éprouvent le besoin d'être seuls et s'isolent de leur famille, de leurs camarades d'école et de leurs amis. D'autres cherchent à s'étourdir dans des activités

de toutes sortes ou tentent de fuir, en écoutant de la musique pendant des heures, en marchant sans but, en quittant le foyer ou en consommant alcool et drogues, par exemple (Mufson, 1985).

Les comportements décrits ci-dessus sont caractéristiques du stade de développement auquel sont parvenus les adolescents. L'égocentrisme, la dérision, la fuite et les apparences de bien-être leur permettent durant un certain temps de prendre du recul face au choc qu'ils ont subi. Ces réactions ne signifient pas pour autant que les adolescents n'aiment pas leur frère ou sœur décédés; à travers ces activités familières, ils cherchent à apaiser leur souffrance et celles de leurs parents (Hogan, 1988).

Les jeunes endeuillés sont aux prises avec de multiples peurs; ils craignent d'être seuls, d'être abandonnés, d'avoir un accident, de mourir ou de voir mourir un être cher, en particulier l'un de leurs parents, et même de voir un de leurs enfants mourir un jour de façon accidentelle.

Une recherche révèle également que les frères et sœurs croient fréquemment voir ou entendre l'adolescent après son décès ou qu'ils souhaiteraient le voir apparaître (Hogan et DeSantis, 1992). Ils se posent de nombreuses questions: Qu'y a-t-il après la mort? Où est-il maintenant? Que fait-il? Souffre-t-il? Est-il en contact avec nous? Veillet-il sur nous? Derrière ces interrogations se cachent à la fois le désir de maintenir un lien avec le disparu et le besoin d'être rassuré. Il arrive que des membres de la fratrie se tournent alors vers la religion. Le fait de participer à des rites religieux pourra les aider à trouver un sens à la vie et à la mort, et à réorganiser leur vie quotidienne.

Les adolescents survivants s'ennuient plus vivement de leur frère ou de leur sœur décédés à certains moments de l'année, par exemple à Noël, à Pâques, lors de l'anniversaire des membres de la famille ainsi que le jour où le décès est survenu (Davies, 1993). Ces jours-là, les adolescents survivants se remémorent des souvenirs heureux, essaient de se distraire ou de parler à quelqu'un de ce qu'ils ressentent. Lorsqu'ils n'en ont pas la possibilité, ils choisissent quelquefois d'écrire un texte sur ce qu'ils vivent et de le mettre en musique ou d'accomplir un geste significatif en mémoire du défunt (voir chapitre 4).

Peu après le décès, il est fréquent que les adolescents éprouvent des difficultés à se concentrer et à étudier. Certains constatent une baisse de leur travail scolaire et de leurs notes. Cependant, après trois ans, la plupart auraient retrouvé leurs capacités antérieures (Balk, 1990; Davies, 1993).

Certains adolescents endeuillés manquent de confiance en eux et ont tendance à se déprécier. Quelques-uns prétendent faire preuve d'insouciance et de témérité, et adoptent à l'occasion des comportements imprudents tels que faire des excès de vitesse, manipuler des objets dangereux, avoir des relations sexuelles non protégées ou effectuer des travaux sans respecter les règles élémentaires de sécurité (Hetzel, Winn et Tolstoshev, 1991).

Néanmoins, les adolescents ont généralement l'impression d'avoir mûri après le décès de leur frère ou de leur sœur, impression que semble partager leur entourage. Si certains attribuent ce changement au fait qu'ils ont dû s'adapter à la mort de leur proche, d'autres y voient le résultat d'une réflexion personnelle et de modifications qu'ils ont apportées à l'exercice de leurs rôles.

Au fur et à mesure qu'ils progressent dans leur travail de deuil, les adolescents constatent d'autres changements. Ainsi, ils estiment avoir une identité personnelle affirmée, une plus grande assurance et une meilleure estime de soi. Ils tiennent encore plus au maintien de liens harmonieux avec leur famille, leurs amis ou leur partenaire ainsi qu'à leurs projets d'avenir, qu'ils considèrent comme une source de réconfort et de soutien. Davantage capables d'écouter et de comprendre les difficultés des autres, ils renforcent leur conscience individuelle et sociale en même temps que leur compétence à faire face aux événements critiques (Oltjenbruns, 1991).

Enfin, la majorité des adolescents pensent avoir tiré des leçons de la mort de leur frère ou sœur.

- La mort fait partie de la vie.
- On n'est jamais à l'abri d'une tragédie.
- On peut tirer des leçons de ses erreurs et des difficultés que l'on rencontre.

- Il faut apprécier les personnes qui nous entourent de leur vivant.
- On trouve toujours un moyen pour s'adapter face à l'adversité.
- Comme n'importe quelle situation critique de la vie, la mort d'un frère ou d'une sœur comporte une part de menace, de danger mais aussi une possibilité de croître et de s'épanouir.

En somme, la mort subite d'un frère ou d'une sœur suscite chez les adolescents une grande souffrance, un sentiment de solitude et de nombreuses questions. Bien qu'elle laisse souvent de profondes cicatrices, elle peut aussi conduire à une réorganisation de sa vie et constituer une source de renouveau. Quant aux parents, ils devront faire preuve de courage, de persévérance et d'amour pour aider les adolescents à trouver peu à peu des réponses à leurs interrogations et à se libérer des émotions paralysantes. À cet égard, la capacité des membres de la famille à communiquer, à s'adapter aux événements avec souplesse et à s'engager sur le plan affectif, d'une part, et la disponibilité du réseau social, d'autre part, constituent de précieux atouts aussi bien pour les parents que pour les membres de la fratrie (Davies, 1993; Hogan et DeSantis, 1994). Les uns comme les autres doivent accepter le fait qu'ils ne pourront pas soulager toutes les angoisses ni répondre à toutes les questions. Néanmoins, en étant à l'écoute, ils seront capables de renouer le dialogue et de tisser de nouveaux liens entre eux. Grâce à cette ouverture d'esprit, chacun devrait retrouver un sentiment de bien-être au sein de sa famille et reprendre son envol.

### Les relations avec la famille étendue

Après le décès accidentel d'un adolescent, les relations avec la famille étendue varient selon les cas. Certaines familles racontent que leurs proches les ont beaucoup aidées, faisant montre d'une grande sagesse.

- Je parlais souvent à mon père. Je lui demandais de m'aider et de ne pas me laisser toute seule. Sa présence auprès de ma sœur, de ses petits-enfants et de moi-même le réconfortait, et nous aussi. C'était pour nous un grand bonheur. Il admirait ma détermination et me disait qu'il me trouvait très forte. De mon côté, je recherchais son expérience et sa grande simplicité. Il m'aidait à comprendre les personnes, les choses ou les événements les plus complexes. Il disait par exemple: « Ma fille, quand tu n'as rien de plus beau à offrir que le silence, tu dois te taire. » Il avait bien raison car, le plus souvent, il n'y a rien à dire après le décès subit d'un enfant. Le silence vaut mieux que bien des bêtises qu'on peut entendre dans ces circonstances.
- Les relations avec nos parents avaient toujours été excellentes. Après la mort de notre fils, ils sont demeurés une précieuse source d'aide. On a continué de s'épauler les uns les autres dans les moments de joie comme dans les moments de peine. Personne n'est à l'abri du malheur. Ni nous ni les autres.
- Après le décès, nous avons eu des problèmes de communication avec nos proches. Nous avions été très blessés par leur attitude distante au moment où nous souhaitions tant leur présence et leur compréhension; nous avions du mal à le leur pardonner. La communication s'est peu à peu rétablie par la suite. Nous avons appris à respecter nos besoins et nos limites ainsi que les leurs. Nous les acceptons davantage comme ils sont. Les malentendus et les affrontements se sont estompés.

Toutefois, bien des familles endeuillées assistent à l'effritement de leur réseau familial et à la diminution du soutien sur lequel ils pouvaient compter antérieurement.

- Ma mère me parlait d'enfants récemment décédés ou de femmes ayant fait une fausse couche ou perdu un bébé. Alors qu'elle s'intéressait à des personnes inconnues, elle était incapable de me demander comment j'allais ou de m'offrir son aide. J'étais extrêmement mal à l'aise. À ce moment-là, j'avais vraiment besoin d'autre chose. J'étais dans une situation de crise. J'avais besoin de m'épancher auprès de personnes qui, pour y avoir réfléchi, n'avaient pas peur de la mort et avaient admis qu'elle fait partie de la vie. Je me suis donc réfugiée chez des amis qui pouvaient me comprendre.
- Un exemple de communication avec ma famille? Après les funérailles, je me suis rendue chez ma mère. À mon arrivée, elle a poursuivi avec ma sœur sa discussion à propos du repas qu'elles préparaient sans me prêter aucune attention. J'étais sidérée. Je venais d'enterrer mon fils et elles parlaient «salade»! Par la suite, je me suis rendu compte à plusieurs reprises qu'elles avaient peur de parler de la mort. Ce n'est vraiment pas un sujet facile. J'ai donc eu à faire aussi le deuil de ma famille, ce qui a compliqué celui de Cédric. Pascal en a aussi souffert, car il a dû renoncer à ses petites visites chez sa grandmère et ses cousins. Cela lui a fait de la peine. Il ne comprend pas encore tout ce qui s'est passé. Mais je tente de remédier à la situation.
- Je préfère taire toutes les médisances auxquelles nous avons eu droit, car cela fait trop mal. C'est inimaginable de voir ce que les gens peuvent dire et comment ils jugent sans savoir. Les membres de notre entourage semblaient tout savoir et ne s'intéressaient pas du tout à ce que nous percevions ou ressentions. Au lieu de chercher à nous réconforter, ils n'arrêtaient pas de fabuler et de nous critiquer.

Les réactions de la famille étendue s'expliquent en partie par le fait que l'accident éveille chez les proches des émotions vives et une détresse accablante, qu'ils craignent d'être incapables de contenir. Par ailleurs, comme ils se sentent très mal à l'aise, ils réagissent souvent en évitant soit de parler de l'adolescent décédé, soit de voir la famille endeuillée. Devant ces comportements de fuite, la famille risque de se sentir accusée, blâmée et incompétente. De plus en plus coupée des siens, il arrive alors qu'elle ne sache plus à qui se confier ni demander de l'aide.

# Les relations avec les collègues et les amis

On note que, pour certaines familles, les collègues et les amis viennent combler le vide laissé par la famille étendue. Les membres des familles endeuillées apprécient surtout l'attention, le respect, la franchise et la compassion dont ils sont l'objet. Ils affirment que le soutien qu'ils ont reçu leur a permis non seulement de se soutenir mutuellement, mais aussi d'apporter leur aide à des personnes qui se trouvaient dans la même situation qu'eux.

- Ma vraie famille n'a pas été présente, mais j'en ai eu une autre, mes amis, réunis autour de moi. J'ai la chance de connaître quatre ou cinq personnes, qui me soutiennent et sont capables d'entendre des propos quelquefois difficiles à supporter. Elles arrivent aussi à me dire quand c'est trop dur et qu'elles ont besoin de prendre un peu de distance. Je préfère cette attitude à celle de quelqu'un qui serait là par devoir, mais qui, au fond, ne m'écouterait pas réellement. Il y a vraiment une entente exceptionnelle entre ces personnes et moi.
- Au début, je ne parlais que de moi. Aujourd'hui, j'arrive à laisser mes amis s'exprimer à propos de ce qu'ils ressentent. Il est évident que, durant la première

- année après un deuil, on a besoin de s'épancher, de décortiquer la situation pour comprendre ce qui se passe. Si je n'avais pas mes amis, j'éprouverais une grande solitude; la situation serait invivable.
- Mes amis et mes collègues occupent une grande place dans ma vie. Depuis la mort de Bruno, je m'investis entièrement dans mon travail. Quand je retourne chez moi, j'oublie les ennuis professionnels, et vice versa. J'ai besoin de me protéger et de faire une coupure entre le travail, la famille et ma vie pour conserver mon énergie. Je ne laisse plus les différents problèmes avoir prise sur moi. Mes proches ne s'en portent que mieux!
- Après la mort de mon fils, j'ai demandé un arrêt de travail. Je ne voulais plus me lever le matin, j'étais toujours vêtue d'un ensemble de jogging. Je ne me lavais plus. Je n'avais plus envie de rien. Je m'asseyais et restais sans bouger. Plus tard, les choses ont changé. Une amie m'a dit: « Cela me fait de la peine de te voir dépérir, alors que tu es si déterminée habituellement. l'aimerais pouvoir te décharger de ta douleur quelque temps pour te permettre de continuer. » Ses paroles m'ont beaucoup troublée. Je n'étais pas en colère, mais j'ai pris conscience de l'état dans lequel je me trouvais. La semaine suivante, je suis allée chez le coiffeur et je me suis acheté de nouveaux vêtements. Peu après, j'ai décidé de m'adonner, une fois par semaine, à une activité qui me plaisait. Mon retour au travail m'a stimulée. Le fait d'avoir à résoudre d'autres situations difficiles m'a changé les idées et m'a apporté beaucoup de choses positives et valorisantes.
- J'ai fait le ménage dans ma vie. Pendant mon deuil, j'ai rencontré d'autres gens et j'ai choisi de fréquenter de

vrais amis: ceux qui étaient présents et m'appuyaient. Ils m'ont écoutée, ont partagé mes chagrins, mes joies et mes souvenirs. J'ai eu bien de la peine, mais j'ai avancé. Ce que je possède intérieurement, c'est à eux, à mes enfants, à mon fils décédé et, surtout, à moi que je le dois.



Dans ce chapitre, nous avons voulu mettre en lumière la façon dont la mort accidentelle de l'adolescent bouleverse le fonctionnement général de la famille. Nous avons décrit les modifications apportées à la dynamique familiale à la suite de ce décès subit, afin de saisir les variations qui existent et de briser le mur du silence qui entoure les personnes endeuillées. Nous avons constaté que l'adaptation à la perte nécessitait la mobilisation de toutes les ressources de la famille tant internes qu'externes, à un moment particulièrement fragile de son histoire. Touchés au plus profond d'eux-mêmes par l'événement tragique, parents, adolescents survivants, famille étendue, collègues, amis et professionnels de la santé, tous sont appelés à se solidariser afin d'affronter la situation et de surmonter les nombreuses difficultés qui se présentent à eux.

