



Suggestions de livres sur le deuil pour les adolescents

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

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

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

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

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

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

Canfield, J., & et al. (2002). *Bouillon de poulet pour l'âme des ados II. Sciences et culture.*

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

la meilleure personne possible, à être heureux d'être qui tu es et à t'aimer – peu importe ce qui arrive. Ces récits te montreront que, aussi difficile que te paraisse ta situation, tu peux surmonter les coups durs. Tu découvriras que, même si tu te sens très seul, tu n'es jamais seul.

Delacampagne, C. (2002). *Faut-il avoir peur de la mort ?* Éditions Louis Audibert.

Des réflexions et des éléments de réponse aux questions que se posent les enfants et les jeunes adolescents sur la mort. La collection Brins de philo s'adresse aux 8-13 ans et à leurs parents pour les aider à affronter certaines situations et à répondre à des questions délicates.

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

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