

## Lectures suggérées entourant le deuil

---

Voici des suggestions de livres, d'articles et de documents sur le web afin de mieux comprendre votre processus de deuil.

### LIVRES

---

**André, C.** (2022). *Consolations*. Paris : L'Iconoclaste.

« Peut-on apprendre la consolation? Pourquoi est-ce parfois si difficile de l'accepter, si délicat de la proposer? Comment la nature, l'art, l'action nous consolent ? Pourquoi les liens sont-ils de si puissants remèdes? » (L'Iconoclaste, 2022). Christophe André, psychiatre, nous répond dans ce livre consolateur, intime et émouvant.

**Augagneur, M.F.** (1994). *Vivre le deuil – De la désorganisation à la réorganisation*. Lyon : Chronique Sociale.

Lors de sa pratique infirmière et sociale auprès des patients et de leur famille, l'auteure Marie-France Augagneur a pu constater la difficulté de continuer à vivre pour " ceux qui restent " après le décès d'un proche. Cet ouvrage se propose d'apporter quelques éléments de réponse, offrir à « ceux qui restent » une aide plus éclairée, pour comprendre aussi ce qui se passe en eux, pour se situer et réagir dans un sens positif en dégageant leur énergie et, enfin, retrouver utilement le fil de leur existence bouleversée.

**Bowlby, J.** (2002). *Attachement et perte - La perte : tristesse et dépression* (3<sup>e</sup> éd., volume 3, traduit de l'anglais par Didier E. Weil). Paris : PUF (Presses Universitaires de France).

Ce livre, le dernier d'une trilogie du psychiatre John Bowlby, est consacré principalement au concept de la perte. Il y décrit les réactions des enfants et des adolescents à la perte d'un parent en les comparant aux réactions des adultes à la perte d'un conjoint ou d'un enfant. Une attention particulière est accordée aux perturbations du deuil aux différents âges et aux événements récents ou anciens qui peuvent compliquer le deuil.

**de Montigny, J.** (2010). *Quand l'épreuve devient vie*. Montréal : Médiaspaul.

« L'annonce et la traversée d'une maladie grave, l'accompagnement, la mort et le deuil plongent ceux qui les vivent dans l'inconnu : là où les certitudes habituelles font place à la détresse. Psychologue, Johanne de Montigny aborde ici des questions posées par les personnes en fin de vie et par leurs proches. Elle le fait avec une profondeur issue de son expérience de survie à un écrasement d'avion qui l'a amenée à se spécialiser en soins palliatifs. L'auteure est attentive aux forces inattendues que libère la fragilité, à la faculté de rebondir dans l'épreuve, à l'espace d'intimité que peut ouvrir la maladie et à « cette formidable interdépendance humaine » que révèle la souffrance. » (Médiaspaul, 2010)

**Fauré, C.** (2018). *Vivre le deuil au jour le jour*. Paris : Albin Michel.

« Aujourd'hui, la mort est devenue taboue et on ne porte plus le deuil après la perte d'un proche. On le vit, en silence. C'est un traumatisme, une blessure dont les répercussions se font sentir tout au long de la vie. Christophe Fauré, psychiatre et psychothérapeute, explique, au jour le jour, le cheminement du deuil, différent selon l'identité du défunt et l'histoire de chacun en répondant aux nombreuses questions des personnes endeuillées. » (Les libraires, 2018). Ce guide analyse la déchirure. Il permet de savoir à quel point ce que l'on traverse est normal et comment s'en sortir.

**Jacques, J.** (2013). *Les saisons du deuil – La mort, tisserande de la vie*. Montréal : Québec-Livres.

« De nombreuses pertes jalonnent notre vie: (...) maladie, mise à pied, retraite... Mais comment peut-on les apprivoiser, plus particulièrement celle reliée à la mort? Quelques mois ou des années après un décès, plusieurs personnes lui attribuent un pouvoir de croissance indéniable. Pourtant, cela n'enlève en rien la souffrance qui en découle et l'impression de ne jamais pouvoir retrouver son équilibre lorsqu'un proche meurt. » (Jacques, 2013). Dans ce livre, la psychologue Josée Jacques explique de quelle façon le parcours sinueux qui suit la perte d'un être cher peut donner un sens à cet événement qui en semble dépourvu.

**Keirse, M.** (2022). *Faire son deuil, vivre un chagrin – Un guide pour les proches et les professionnels* (4<sup>e</sup> éd., traduit du néerlandais par Élisabeth Kinoo). Louvain-la-Neuve : De Boeck Supérieur.

Ce livre est issu de l'expérience de l'auteur et psychologue, Manu Keirse, qui accompagne des personnes en deuil et supervise des soignants. « L'ouvrage aborde des situations de crise comme la santé fragilisée (...). Cette édition s'intéresse aussi à des questions sociétales très actuelles telles que le deuil des demandeurs d'asile, les personnes connues et le deuil collectif, le deuil sur Internet, les morts violentes, etc. Véritable aide pour un réel soutien, avec des exemples et conseils concrets, dans des situations souvent déroutantes pour les proches, les soignants, les enseignants et les employeurs. » (Kinoo, 2022)

**Klein, D.** (1999). *Au revoir et adieu... Vous et vos parents âgés* (traduit de l'anglais par Andrée Lavoie). Ottawa : Lavoie Broquet.

S'appuyant sur son expérience d'accompagnement des personnes en deuil et de supervision des soignants, l'auteur psychologue clinicien et docteur en sciences médicales, David Klein, propose des réflexions et des repères sur l'accompagnement du deuil et des situations de détresse. Ce livre s'adresse aux professionnels de la santé, à la famille et à l'entourage des personnes éprouvées.

## ARTICLES

---

**Ummel, D.** (2020). De l'importance du sens donné à la mort assistée : l'accompagnement de fin de vie et le processus de deuil en contexte d'aide médicale à mourir. *Frontières, Trajectoires du mourir et du deuil*, 32(1), 1-11.

<https://doi.org/10.7202/1072754ar>

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/1072754ar>

**Crawley, S., Sampson, E., Moore, K.J., Kupeli, N., West, E.** (2023). Grief in family carers of people living with dementia: a systematic review. *International psychogeriatrics*, 35(9), 477-508.

<https://doi.org/10.1017/S1041610221002787>

## DOCUMENTS SUR LE WEB

---

### Généraux

#### **Association canadienne pour la santé mentale – Le deuil**

Site web <https://cmha.ca/fr/documents/le-deuil>

« La perte est l'un des événements les plus stressants de la vie. Il faut du temps pour s'en remettre et chaque personne réagit différemment. Pour faire face aux changements dans notre vie, il nous arrive d'avoir besoin d'aide. Le deuil fait partie de la condition humaine, mais cela ne signifie pas qu'il doit se vivre seul. » (ACSM, 2016)

#### **Biblio-Santé**

Site web <https://bibliosante.ca/index.php>

De l'information en santé de qualité sélectionnée par l'Association des bibliothèques publiques du Québec.

Consultez le cahier thématique « **DEUIL** »

Vous y trouverez des ressources pour surmonter une épreuve de deuil, la perte d'un enfant ou un deuil à la suite d'un suicide. Vous apprendrez aussi comment aider un enfant, un adolescent ou un adulte en deuil.

#### **Centre universitaire McGill – Deuil**

Site web <https://educationdespatientscumc.ca/guide-sur-la-sante-generale/soins-de-fin-de-vie-et-deuil/deuil-1.html?sectionID=436&parentID=384>

Sherry, W., Tremblay, B. (2018). Le deuil - Guide à l'intention de votre famille et de vos amis. Centre Universitaire McGill, Office d'éducation des patients.

#### **Corporation des thanatologues du Québec - Blogue**

Site web <https://www.domainefuneraire.com/posts>

La section blogue du site Web offre de nombreux articles sur des thèmes en lien avec le deuil.

**de Montigny, J. (2024).** *L'essentiel sur le deuil.* Infodeuil.ca

Site web <https://infodeuil.ca/>

Éléments essentiels sur le deuil <https://infodeuil.ca/l-essentiel-sur-le-deuil.html>

Temps du deuil <https://infodeuil.ca/l-essentiel-sur-le-deuil/les-temps-du-deuil.html>

Site web donnant accès à de l'information partagée par Johanne de Montigny, psychologue. On y retrouve aussi des conférences, des colloques et de nombreuses publications sur le deuil.

### **Deuil des enfants**

Site web <https://deuildesenfants.ca>

Ce site propose des outils pour aider les parents ou tout autre proche à accompagner les enfants face au deuil d'un être cher. Il contient aussi des listes de programmes et ressources pour les enfants endeuillés pour chaque province du Canada.

### **Deuil par suicide**

Site web <https://www.deuilparsuicide.ca>

Ce site est une initiative de l'Association québécoise de prévention du suicide (AQPS) et de suicide.ca.

« Notre mission est de créer un espace accueillant, bienveillant et sécuritaire pour les personnes endeuillées par le suicide afin qu'elles puissent trouver le confort et l'information dont elles ont besoin pour vivre leur deuil à leur façon ». (deuilparsuicide.ca, 2025)

### **La Gentiane - Fédération des coopératives funéraires du Québec**

Site web [www.lagentiane.org](http://www.lagentiane.org)

La Gentiane fournit de l'information aux personnes endeuillées : conseils de base, suggestions de livres, témoignages, forums et autres ressources Web.

## **Portail palliatif canadien - MonDeuil.ca**

Site web <https://www.mondeuil.ca/>

Ce site, conçu par des personnes endeuillées et des professionnels spécialisés en accompagnement de deuil, propose **des forums de discussion, un service de consultation et plus de 25 modules**, dont un destiné particulièrement aux proches aidants de personnes atteintes de Parkinson ou d'autres maladies neurodégénératives.

## **Université de Sherbrooke – Brochure sur le deuil**

Thibault, M., Archambault, P., Béliveau, M.É., Côté, M., Girard, M.F., Raymond, J. (2017). Le deuil. Université de Sherbrooke, service de psychologie et d'orientation.

[https://www.usherbrooke.ca/etudiants/fileadmin/sites/etudiants/documents/Psychologie/Brochure\\_deuil\\_2021\\_finale\\_01.pdf](https://www.usherbrooke.ca/etudiants/fileadmin/sites/etudiants/documents/Psychologie/Brochure_deuil_2021_finale_01.pdf)

## **Aspects juridiques et funéraires**

### **Chambre des notaires du Québec**

Site web [www.cnq.org](http://www.cnq.org)

La Chambre des notaires propose des informations juridiques de base. Vous y trouverez notamment des renseignements sur les testaments et les successions.

### **Éducaloi –**

Site web <https://educaloi.qc.ca/>

Décès et testaments [www.educaloi.qc.ca/categories/deces-et-testaments](http://www.educaloi.qc.ca/categories/deces-et-testaments)

Dans cette section du site Web, vous trouverez des fiches d'information qui concernent les aspects suivants : « Prévoir sa succession » et « Gérer une succession ».

### **Fédération des coopératives funéraires du Québec**

Site web [www.fcfq.coop](http://www.fcfq.coop)

Le site web de la Fédération permet de se familiariser avec les étapes de la succession, les démarches à entreprendre en cas de

décès, les différents rites funéraires et le soutien aux personnes endeuillées.

Plusieurs ressources informatives sur ces thèmes sont disponibles dans la section « Centre de documentation et de références » :

<https://www.fcfq.coop/centre-documentation/>

## **Gouvernement du Québec**

Site web

<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/deces/que-faire>

Que faire lors d'un décès? Ce site précise les démarches à faire après le décès d'une personne.

## **Balados**

Crevier, A. (animateur). (2020-2024). Être... [balado audio]. Société Radio-Canada. <https://ici.radio-canada.ca/ohdio/balados/7139/alain-crevier-humain-vie-destin>

« Y a-t-il toujours un sens à notre destin? Comment devenir de meilleurs êtres humains? (...) Comment... être? Après 24 ans à la barre de l'émission *Second regard*, Alain Crevier part à la rencontre de gens qui réfléchissent au sens de leur vie, dans une époque remplie de questionnements. [Il] suit la quête de personnes inspirantes ayant surmonté l'adversité tout en nous faisant part de ses propres interrogations et réflexions sur notre société. » (Société Radio-Canada, 2024)

Gravel, A. (animateur). (2024). La mort libre : 10 ans d'aide médicale à mourir. [balado audio]. Société Radio-Canada. <https://ici.radio-canada.ca/ohdio/balados/11803/la-mort-libre>

« L'aide médicale à mourir au Québec a dix ans en 2024. (...) Le journaliste Alain Gravel nous entraîne dans une exploration intime de cette pratique complexe, délicate et polarisante. À travers des témoignages de médecins, de patients et de patientes, de personnalités politiques et de familles directement touchées par l'aide médicale à mourir, on explore les aspects humains, éthiques et sociétaux de ce choix ultime. » (Société Radio-Canada, 2024)