



LE DEUIL PÉRINATAL

Mieux comprendre et accompagner
l'expérience des pères

Les Perséides - Soutien au deuil périnatal

**ATELIER PRÉSENTÉ PAR
ISABELLE CARON,**

Formatrice & intervenante en deuil périnatal
Dans le cadre de la Su-Père Conférence 2026

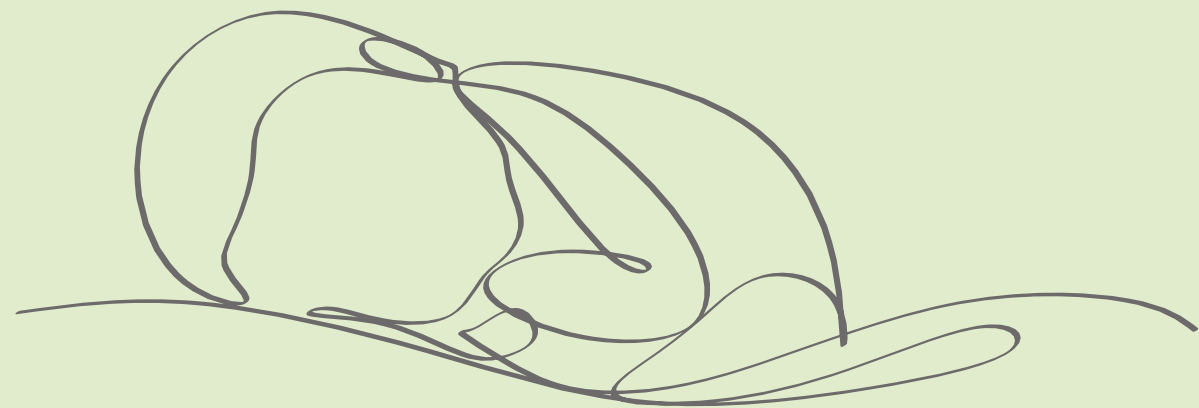
DÉFINITION

Le deuil périnatal

Toute perte, souffrance ou situation demandant un travail d'adaptation, de guérison intérieure et de deuil en lien avec la conception, la grossesse, la naissance ou la parentalité (ou encore, l'absence d'un de ces éléments), peut mener un individu à vivre l'expérience du deuil périnatal.



TERMINOLOGIE



- Décès périnatal
- Décès néonatal
- Fausse couche
- Grossesse ectopique
- Grossesse molaire
- Interruption médicale de grossesse (IMG)
- Interruption sélective
- Mort in utéro
- Œuf clair
- Interruption volontaire de grossesse (IVG)

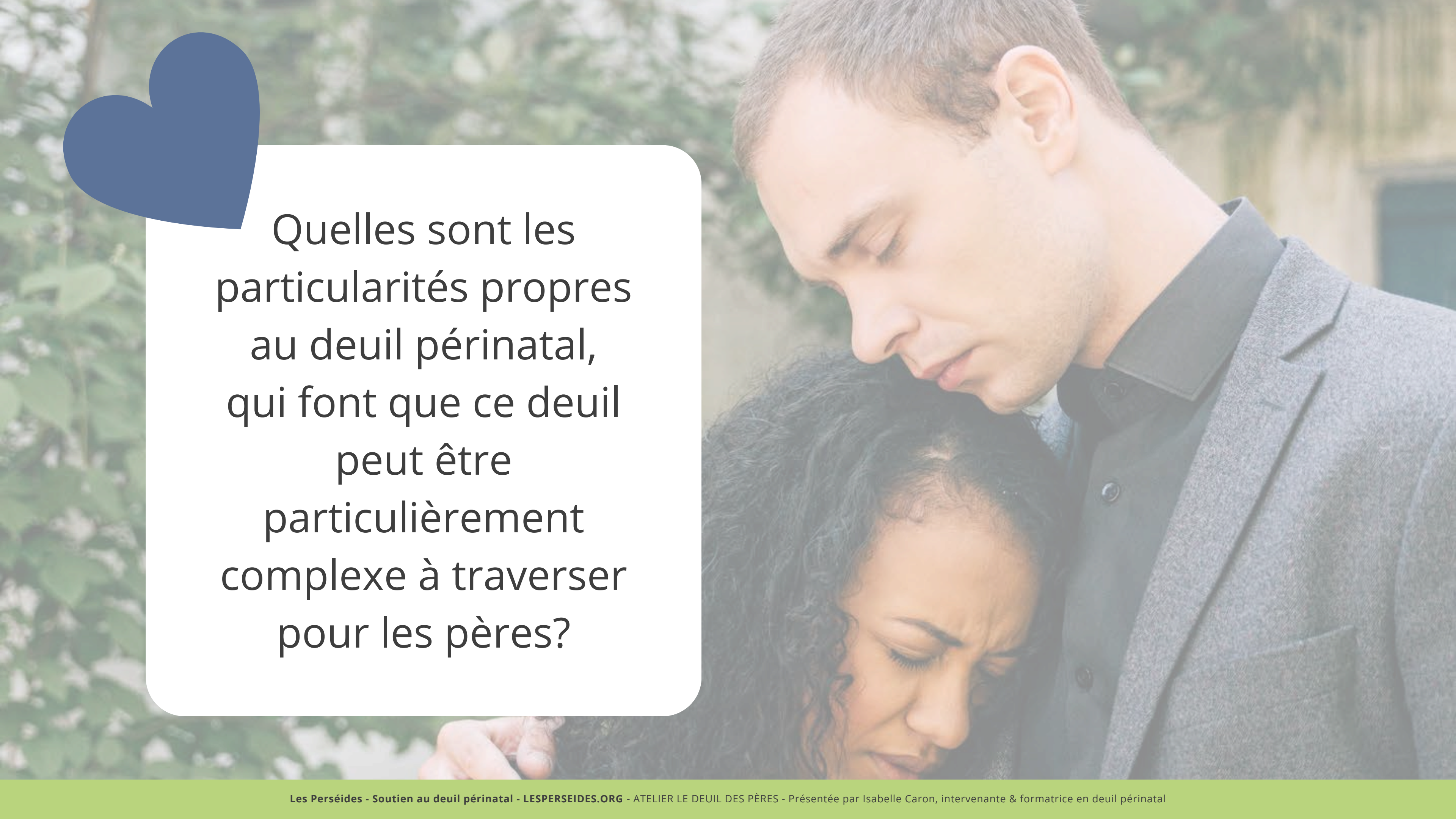
Quelques chiffres...

- 1, 7 **grossesses confirmées** / 5 ne se rendent pas à terme
- **Fausse couche** : 15 à 25 % des grossesses confirmées
- 4 à 6 % des femmes vont faire 2 fausses couches
- **Fausse couches récurrentes** (3 et+) : 1 à 2 % des couples
- **Grossesse ectopique** : 1 à 2 %
- **Interruption de grossesse** : 17,4 / 1 000
- **Mortinaissance** : 4,2 / 1 000
- **Mortalité néonatale** : 3 / 1 000
- 51% des **décès chez les moins de 20 ans** se produisent 0 et 1 an.
- Au Québec, il y aurait entre **18 000 à 20 000 fausses-couches/an.**

*Sources des données: INSPQ et Statistique Canada

Qu'en est-il de **L'EXPÉRIENCE** **DES PÈRES ?**



A photograph of a man and a woman embracing outdoors. The man, on the right, is wearing a grey blazer over a dark shirt and has his eyes closed, resting his head against the woman's. The woman, on the left, has dark curly hair and is also looking down with a somber expression. In the top left corner, there is a solid blue heart icon. A white rounded rectangle is overlaid on the left side of the image, containing text.

Quelles sont les
particularités propres
au deuil périnatal,
qui font que ce deuil
peut être
particulièrement
complexe à traverser
pour les pères?

Quelques mythes ravageurs...

« Il ne s'agit que d'un fœtus »

« Un deuil ne devrait pas durer plus de 6 mois »

« On ne se sort jamais vraiment d'un deuil »

« Trop parler de la personne décédée est néfaste et morbide »

« Il faut évacuer au plus vite son souvenir et passer à autre chose »

« La douleur va progressivement s'atténuer au fil du temps. Il n'y a qu'une chose à faire; attendre que ça passe »

Des mythes concernant le deuil des pères...

« Les hommes ne ressentent pas les mêmes émotions que les femmes »

« Le deuil d'un homme prendra moins de temps que celui d'une femme »

« Si un homme ne démontre pas d'émotions, cela signifie qu'il ne vit pas de deuil »

« Un homme ne peut pas réellement vivre un deuil périnatal car il n'a pas porté l'enfant »

« Si un homme ne pleure pas, cela veut dire qu'il est dans le déni »

Les prescriptions **sociales et culturelles...**

« L'homme est le pilier de la famille »

« Les hommes sont forts et invulnérables »

« L'homme doit être le pourvoyeur de sa famille »

« L'homme doit protéger sa famille »

« Un homme peut exprimer sa colère, mais pas sa tristesse »

Les **CONSÉQUENCES** de ces mythes et prescriptions sociales



L'expérience **DES PÈRES** *à différents niveaux*

Social

Émotionnel

Relationnel

Quelques témoignages de papas

« On dirait que parfois, c'est un peu comme si les pères sont oubliés tu comprends. Par exemple, comme avec le lit à l'hôpital, il n'y en avait pas pour moi. Tu sais, même pas une couverture. La sage-femme m'a dit qu'il n'y avait pas assez d'oreillers pour que je puisse en avoir un. »

« Ils ont envoyé 2 intervenants pour venir nous parler à tous les 2... à moins que je ne dise quelque chose, l'intervenante ne faisait que regarder ma femme. Je suis assis là, et tout ce que j'entends c'est que je dois m'occuper d'elle. Je dois la supporter. Je dois m'assurer qu'elle est OK. Je dois être assez fort pour supporter le poids de mon propre deuil, en plus de supporter le poids du deuil de ma femme. »

(Heaney et al., 2022)

Répercussions sur **LE COUPLE**

Les différentes réactions au sein du couple

- Différences significatives entre les partenaires
- Incongruences dans les réponses de deuil des partenaires

Les répercussions du deuil périnatal sur le couple

- Impacts de ces incongruences
- Insatisfactions conjugales

Les stratégies d'adaptation

- Mécanismes réflexes et codes
- Influences mutuelles entre les partenaires

A hand holding a small metal balance scale against a blurred background of water and mountains. The scale is held by a hand with a ring on the ring finger. The background is a soft-focus landscape with water and distant mountains under a bright sky. The image is framed within a circular shape on the left side of the slide.

L'ampleur du deuil sera proportionnelle à l'investissement émotionnel

Plus le parent a investi temps, énergie, amour, pensées, dans son rêve d'avoir cet enfant, plus son deuil risque d'être éprouvant...

ACCOMPAGNER L'HOMME

Traversant un deuil périnatal



Vignettes cliniques

1) Un homme endeuillé par le décès de son bébé suite à une fausse couche vous raconte qu'il se sent complètement épuisé. Sa conjointe est très émotive, parle beaucoup du bébé. Monsieur vous explique qu'il ne sait plus quoi lui dire pour la réconforter. Lorsqu'elle lui demande comment il se sent, il ne sait pas quoi lui répondre. Il vous dit avoir l'impression d'être dans un cauchemar. Il ajoute ne pas avoir pleuré depuis la perte. Il se demande s'il est normal.

2) Un couple a procédé à une IMG suite à un diagnostic anténatal de trisomie 21. Le papa est rongé par la colère et la culpabilité. Il vous demande "quel est le sens à tout cela?", "pourquoi nous?". Sa conjointe de son côté se dit prête à retomber enceinte. Monsieur se demande s'il est trop sensible.



DES QUESTIONS ?

Nos Services



- Suivis individuels / de couple
- Groupes de soutien et d'entraide (Soirées les Perséides, Porter la vie après un deuil)
- Ateliers divers (informatifs pour les proches, journaling, création artistique, méditation, etc.)
- Programme de jumelage entre parents endeuillés
- Formations en deuil périnatal
- Sensibilisations en milieu de travail
- Communauté de pratique pour intervenants
- Outils sur notre site internet : www.lesperseides.org
- Info-lettre (pour parents endeuillés & formation)
- Page Facebook : Les Perséides – Soutien au deuil périnatal
- Page Instagram : perseides_deuilperinatal
- Capsules web sur YouTube : Les Perséides - Soutien au deuil périnatal

Suggestions de lecture



- AUTHIER-ROUX, F. *Ces bébés passés sous silence*. Éd. Eres, 1999.
- BERNARD, S. *Perdre sans se perdre*. Éd. Le Dauphin Blanc, 2002.
- BOURASSA, M. *Pas peur du noir*. Éd. Libre expression, 2013.
- BRAZEAU, J. & ZEPHYR, L. *Le deuil invisible : Surmonter la perte de l'enfant attendu*. Les éditions de l'homme, 2022.
- COLLECTIF. *Nos petits anges au paradis*. Éd. Donnez au suivant, 2006.
- CYR, M. & CLÉMENT, I. *Fausse couche, vrai deuil*. Éd. Caractère, 2013.
- De MONTIGNY, F. *Décès périnatal : le deuil des pères*, Hôpital Sainte-Justine, 2017.
- DE WAILLY, D. *Attendre un enfant après une interruption médicale de grossesse : l'enfant palimpseste*. Éd. ERES, 2018.
- DEVINE, M. *C'est OK que tu ne sois pas OK*. Guy Trédaniel éditeur, 2017.
- FAURE C., *Vivre le deuil au jour le jour* Ed. Albin Michel, Paris, 1996.
- FRECHETTE-PIPERNI, S. *Les rêves envolés*. Mortagne ed, 2005.
- GÉRIN, H. & GAUTREAU, A. *Dans ces moments-là*. Éd. Bookelis, 2019.
- LABERGE, M. *La cérémonie des anges*. Éd. Québec/Amérique, 2016
- LEDUC, V. & CORBEIL, M. *Infertilité : Traverser la tempête*. Éd. Parfun d'encre, 2021.
- MARTINEAU, E. *Surmonter la mort de l'enfant attendu : dialogue autour du deuil périnatal*. Éd. Chronique sociale, 2008.
- MICHAUD, M. *Pieds nus dans la gravelle*. Éd. Libre expression, 2019
- MONBOURQUETTE, J. *Grandir, aimer, perdre et grandir*. Éd. Novalis, 2018.
- PINET, N. *Lorsque grossesse devient tristesse*. Éd. JLC, 2011
- SIMARD, J. & ZACCARDELLI, G. *Quand la grossesse ne tourne pas rond : informations médicales, réflexions psychologiques*. Éd. Québec/Amérique, 2018.
- TURGEON, C. *La Libellule*. Éd. Hurtubise, 2022.



Balados :

- Au Revoir Podcast
- Ça va maman?
- J'ai fait un humain
- La voix des lucioles
- Le Podcast de la Mort et du Deuil
- Mères
- Parents pour la 1ere fois

Vidéos :

- Capsules sur le site des Perséides :
<https://www.lesperseides.org/capsules-web>
- Le site Paternité Famille et Société de l'UQO :
<https://famille.uqo.ca/deuil-documentaires/>



Suggestions de balados & vidéos



Bibliographie



- BARET, C. (2023). *Le deuil de la famille rêvée : renoncer à l'enfant imaginaire et à la figure du parent (parfait)*. Ordre des psychologues de Québec [en ligne] <https://www.ordrepsy.qc.ca/-/le-deuil-de-la-famille-revee> (page consultée le 26/02/2024)
- BLOCKSIDGE, C., et al. (2025). Fathers' experiences of perinatal death following miscarriage, stillbirth, and neonatal death: A meta-ethnography. *Death Studies*.
- BROWNLEE, K., et J. OIKONEN (2004). « Toward a theoretical framework for perinatal bereavement », *British Journal of Social Work*, vol. 34, p. 517-529.
- CHAN, A. (2011). Décès et deuil périnatal. INSPQ. Gouvernement du Québec. [en ligne]; www.inspq.qc.ca/information-perinatale
- CLÉMENT, I., CYR, M. *Fausse-couche, vrai deuil*, Ed.Caractère, 2013.
- De MONTIGNY, F., VERDON, C., LORD GAUTHIER, J., & GERVAIS, C. *Décès périnatal, le deuil des pères*. Montréal : Éditions CHU Sainte Justine, 2017.
- De MONTIGNY, F., et BEAUDET, L. (1995). « Un enfant meurt durant la grossesse... », *L'Infirmière Canadienne*, vol. 91, n° 2, p. 41-46.
- De MONTIGNY, F. (2023). Lors d'un décès périnatal : prendre soin des familles plutôt que soigner [Présentation]. Université du Québec en Outaouais / CERIF.
- De MONTIGNY, F., et BEAUDET L. (1997). *Lorsque la vie éclate : l'impact de la mort d'un enfant sur la famille* Ed. Éditions du renouveau pédagogique.
- De MONTIGNY, F., VERDON, C., MEUNIER, S., et al. (2018) *Soutenir les familles après un décès périnatal*. Centre d'études et de recherche en intervention familiale (CERIF).
- FAURÉ, C., *Vivre le deuil au jour le jour* Ed. Albin Michel, Paris, 1996.
- FRÉCHETTE-PIPERNI, S. *Les rêves envolés* Ed. De Mortagne, 2005.
- GAREL, M., LEGRAND, H., *L'attente et la perte du bébé à naître* Ed. Albin Michel, 2005.
- HEANEY, S., TOMLINSON, M. & AVENTIN, A. (2022). Termination of pregnancy for fetal anomaly : a systematic review of the healthcare experiences and needs of parents, 30 p.

Bibliographie



- HÉNAULT, S. (2024). Le soutien du milieu de travail à la suite d'un décès périnatal : l'expérience des pères endeuillés (Travail dirigé de spécialisation, Université du Québec à Montréal). UQAM.
- LAMON, M., De HERT, M., DETRAUX, J., & HOMPE, T. (2022). Depression and post-traumatic stress disorder after perinatal loss in fathers: A systematic review. *European Psychiatry*, 65(1), e72.
- MONBOURQUETTE, J. Aimer, perdre, grandir, assumer les difficultés et les deuils de la vie. Ed. Centurion/Bayard. Paris, 1995.
- MONBOURQUETTE, J. et , D'ASPREMONT, I., Excusez-moi, je suis en deuil. Éd : Novalis, 2011.
- NOURRY, C. (2021). L'expérience de soins des pères vivant un deuil périnatal au Québec (Mémoire de maîtrise, Université du Québec à Trois-Rivières).
- PEPPERS, L. G., et R. J. KNAPP (1980). *Motherhood and mourning : perinatal death*, New York, Praeger.
- PINARD, S., *De l'autre côté des larmes*, Ed Mortagne, 2018.
- NAZRÉ, B., FONSECA, A. & CANAVARRO. C. (2012). Grief following termination of pregnancy for feetal abnormality : does marital intimacy foster short-term couple congruence ? *Journal of reproductive and infant psychology*, 30(2), 168-179.
- ROBINSON, M., L. BAKER et L. NACKERUD (1999). « The relationship of attachment theory and perinatal loss », *Death Studies*, vol. 23, n° 3, p. 257-270.
- SANTÉ ET BIEN-ÊTRE CANADA, Continuum en santé mentale.
- SARA RYAN Regina, *L'insoutenable absence : comment peut-on survivre à la mort de son enfant?* Ed. de l'homme, Paris, 1995.
- SOCIÉTÉ CANADIENNE DE PÉDIATRIE (2001). « Des directives pour les professionnels de la santé qui soutiennent des familles après un décès périnatal », *Pediatrics & Child Health*, vol. 6, n° 7, p. 481-490.
- Statistiques INSPQ : <https://www.inspq.qc.ca/information-perinatale/fiches/deces-et-deuil-perinatal>
- Statistique Canada : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/infographie-deces-perinatal-canada.html>
- Varner, C. (2024). Investing in streamlined care for patients experiencing early pregnancy loss in Canada would reduce substantial suffering. *Canadian medical association journal*, 196 (34); 1171-1172, 2024.