

IL Y A ENVIRON UN AN, LES PARENTS D'ANTOINE, 13 ANS, SE SONT SÉPARÉS. LE JOUR OÙ SON PÈRE LUI A ANNONCÉ LA NOUVELLE, IL A EU L'IMPRESSION QUE SON MONDE S'ÉCROULAIT : ALLAIT-IL CHANGER D'ÉCOLE, DÉMÉNAGER, PERDRE SES AMIS? DEVRAIT-IL VIVRE DANS SES VALISES, ENTRE DEUX MAISONS, COMME SON AMIE ÉMILIE? ÉTAIT-CE DE SA FAUTE?



ANTOINE ET LA BLONDE DE SON PÈRE

ANTOINE S'EST FINALEMENT RETROUVÉ À VIVRE LA SEMAINE AVEC SA MÈRE ET LA FIN DE SEMAINE AVEC SON PÈRE. IL TROUVE CELA UN PEU LOURD : FAIRE SA VALISE, SE RETROUVER LOIN DE SES AMIS, DORMIR DANS UNE AUTRE CHAMBRE, ETC.



ANTOINE ET SON PÈRE ONT L'HABITUDE D'ALLER SOUPER AU RESTAURANT ENSEMBLE LE VENDREDI SOIR. OR, UN VENDREDI...

ANTOINE, JE TE PRÉSENTE JOSÉE. C'EST... UNE AMIE.

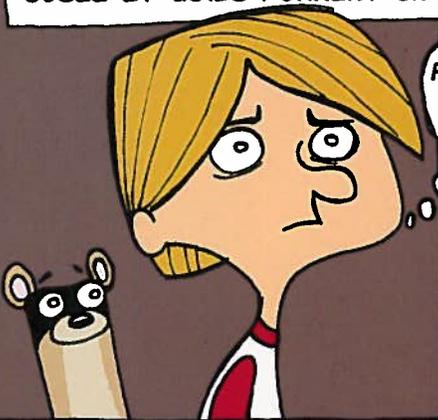


ANTOINE RÉALISE BIEN VITE QUE SON PÈRE AIME JOSÉE ET QU'ILS FORMENT UN COUPLE.

PAS QUESTION QUELLE PRENNE LA PLACE DE MAMANI!

PAS QUESTION!!!

PAS QUESTION QUELLE ME DISE QUOI FAIRE!



À CHAQUE FIN DE SEMAINE, ANTOINE EST DÉÇU DE VOIR QUE JOSÉE EST TOUJOURS LÀ.



IL EST SOUVENT IMPOLI...

C'EST MEILLEUR CHEZ MA MÈRE!



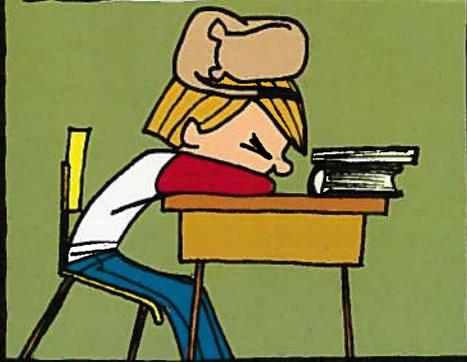
...ET SE FAIT PUNIR SOUVENT.



RÉMI, YA JUSTE TOI QUI ME COMPRENDS...



À L'ÉCOLE, LES NOTES D'ANTOINE DIMINuent ET IL S'ISOLE DE PLUS EN PLUS.



SEULE SON AMIE ÉMILIE SUPPORTE ENCORE SON ATTITUDE.

JE DÉTESTE MA BELLE-MÈRE! ELLE EST LÀ DEPUIS MÊME PAS SIX MOIS ET ELLE PENSE FAIRE LA LOI OU QUELLE FAIT PARTIE DE LA FAMILLE! EN PLUS, ELLE ESSAYE TOUJOURS DE MACHETER AVEC SES DESSERTS STUPIDES!

JE TE COMPRENDS. MOI AUSSI J'HAÏSSAIS MON BEAU-PÈRE QUAND IL EST ARRIVÉ CHEZ MOI. MAIS J'AI FINI PAR COMPRENDRE QU'IL N'ÉTAIT PAS LÀ POUR PRENDRE LA PLACE DE MON PÈRE. IL ÉTAIT LÀ PARCE QUE MA MÈRE L'AIME, PIS C'EST CORRECT. JE NE PEUX PAS EMPÊCHER MA MÈRE DE L'AIMER!



C'EST LA MÊME CHOSE AVEC TON PÈRE PIS TA BELLE-MÈRE! TU VAS VOIR, DANS QUELQUE TEMPS, TU NE TE RAPPELLERAS MÊME PLUS POURQUOI TU NE L'AIMAIS PAS. PIS DIS À TON PÈRE QUE TU VOUDRAIS PASSER DU TEMPS JUSTE AVEC LUI!

ANTOINE GARDA CES CONSEILS EN TÊTE.

MON PÈRE L'AIME. PIS C'EST CORRECT... MON PÈRE L'AIME. PIS C'EST CORRECT...

MON PÈRE L'AIME. PIS C'EST CORRECT!



ANTOINE TROUVA LE COURAGE D'EXPLIQUER À SON PÈRE QU'IL AIMERAIT CA FAIRE DES ACTIVITÉS JUSTE AVEC LUI. À SA SURPRISE, SON PÈRE A BIEN RÉAGI ET ILS ONT RECOMMENCÉ À ALLER AU RESTAURANT ENSEMBLE LE VENDREDI SOIR. OR, CE VENDREDI...

JOSÉE, CA TE TENTES-TU DE VENIR AVEC NOUS? CA SERAIT LE FUN.

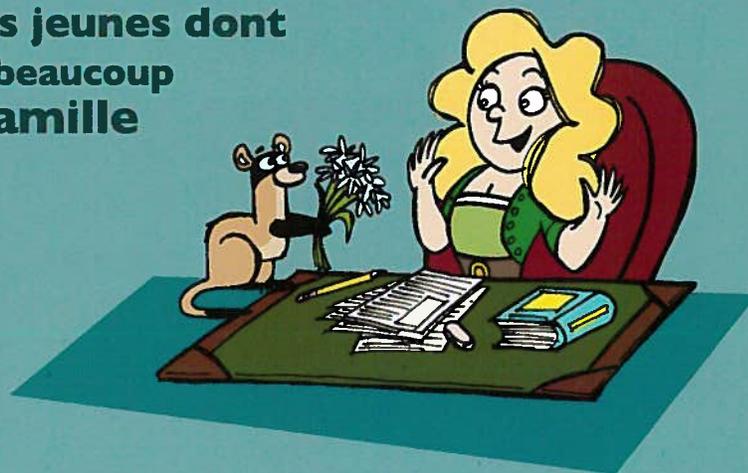
SI C'EST TOI QUI M'INVITES, CA VA ME FAIRE PLAISIR!



FIN

Savais-tu que parmi les jeunes dont les parents se sont séparés, beaucoup vivront un jour ou l'autre en famille recomposée?

Fréquent, mais pas toujours facile quand on le vit!



Quoi faire? Comment le faire?

Puisque tu ne peux rien changer au fait que tes parents se séparent ou se remettent en couple chacun de leur côté, tu peux essayer de mieux vivre ces changements. C'est normal d'être mêlé, stressé, triste ou fâché quand notre vie est chamboulée sans que ce soit notre choix. Essaie de réfléchir aux sentiments que tu vis et, si tu le peux, parles-en à ton parent ou à une personne de confiance. Parle de tes inquiétudes et pose les questions qui te préoccupent. Le fait de parler de ce que tu ressens a souvent l'effet de diminuer l'intensité des émotions. Cependant, si tu veux que ton message passe bien, souviens-toi que le respect demeure la meilleure technique pour t'exprimer. Choisis un moment où ton parent est disponible pour t'écouter afin d'obtenir son attention plus facilement.

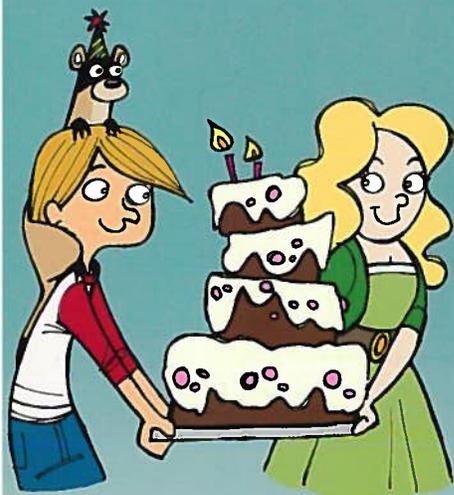
Plusieurs jeunes disent que faire du sport ou des activités pour se changer les idées les a aidés à se sentir mieux. Ça évite que les sentiments négatifs ne prennent toute la place et te rendent encore plus malheureux. Aussi, tu peux essayer de passer du temps juste avec ton beau-parent, histoire d'apprendre à mieux le connaître.

Enfin, sois patient... Avec le temps, la plupart des jeunes apprécient leur vie en famille recomposée et leur beau-parent. Dis-toi que tu n'as pas forcément à aimer ton beau-parent dès la première rencontre. Les relations prennent du temps à se bâtir et ça nécessite que tout le monde travaille en ce sens.

Si tu as l'impression que c'est vraiment trop difficile ou si tu te sens complètement dépassé par la situation, n'hésite surtout pas à demander de l'aide.

Pour obtenir de l'aide :

TEL-JEUNES
www.teljeunes.com
1 800 263-2266



Chercheuses à l'origine du projet
Claudine Parent
Marie-Christine Saint-Jacques

Comité de travail
Claudine Parent
Marie-Christine Fortin
Marie-Christine Saint-Jacques
Caroline Robitaille
Rachel Lépine

Pour nous joindre
Centre de recherche sur
l'adaptation des jeunes
et des familles à risque (JEFAR)
418-656-2674
www.jefar.ulaval.ca
jefar@jefar.ulaval.ca

Illustration et graphisme
Noémie Champoux
www.noemiechampoux.com
info@noemiechampoux.com



ISBN 978-2-89497-085-0
Date de dépôt légal, 3e trimestre 2011