



# PETITES DOUCEURS

Véronique Grenier

## PRÉSENTATION DE L'ŒUVRE

Dans *Petites douceurs*, le lectorat suit les pensées d'une adolescente qui vit une mauvaise journée. Sa matinée fait d'ailleurs déborder son vase personnel et l'amène à chercher des solutions aux douleurs qu'elle s'inflige pour tenter de garder le cap. Et si être plus douce envers elle-même était envisageable?

## PRÉPARER LA LECTURE

Invitez les élèves à observer le titre et l'illustration de la couverture. À quoi cela leur fait-il penser? Pour elles et eux, qu'est-ce qui représente la douceur? Est-ce que cette douceur est forcément liée à du matériel ou à un cadeau que l'on s'offre? Est-ce que faire preuve de douceur avec soi en pensée peut compter? Lisez-leur ensuite l'extrait proposé sur la quatrième de couverture:

«j'aimerais qu'on ait droit  
à des jours de prendre soin  
un genre de congé  
pour se flatter le cœur»

Est-ce que cela confirme ou infirme leur première impression? Est-ce qu'ils et elles aimerait aussi pouvoir profiter de ce genre de journée? Lisez ensuite le résumé du recueil avec les élèves afin de les préparer au récit et aux thèmes abordés. Est-ce que ce sentiment que parfois «tout va mal» leur est familier? Quels sont les gestes qui leur font alors du bien?

Petites  
DOUCEURS



Véronique  
GRENIER

la courte échelle

Au moment de commencer la lecture, observez la double dédicace avec les élèves, plus particulièrement la première partie. Véronique Grenier dédie son recueil «à toutes les personnes qui auraient besoin de se tisser un cocon». Se sentent-ils et elles interpellé-es? Qui pourrait avoir besoin d'un cocon?

## Aller plus loin

Vous pourriez dès cette étape explorer la notion de ponctuation en poésie, et plus particulièrement dans cette œuvre-ci. La ponctuation, c'est l'ensemble des symboles et des signes graphiques utilisés dans l'écriture afin de structurer un texte: elle est en quelque sorte la garante de son rythme. Puisque les règles sont souvent éclatées en poésie, cela signifie aussi qu'on peut jouer avec la ponctuation. Ici, par exemple, vous pourriez faire remarquer aux élèves l'absence de majuscules et de points dans l'extrait de la quatrième de couverture ainsi que dans le texte, si vous faites un survol. Interrogez-les: quel effet cela a-t-il sur la lecture? S'il n'y a pas de points, à quoi peut-on se fier pour lui donner un rythme?

Plus tard au cours de votre lecture, vous pourriez établir un lien entre ce choix stylistique et la personnalité de la narratrice: «je préfère ce qui est carré/l'ordre/tout ce que je peux contrôler» (page 39). Est-ce que cette liberté dans la ponctuation lui ressemble?

## APPRÉCIER DES ŒUVRES LITTÉRAIRES

### Accompagner la compréhension

La compréhension de la poésie peut être particulièrement difficile en raison de plusieurs facteurs: le langage figuré et les métaphores, l'ambiguïté et la polysémie des mots et des images, la concision, les ellipses et la subjectivité, bien sûr.

Il est donc d'autant plus important pour la compréhension de s'assurer qu'on utilise tous les outils à notre disposition. Vos élèves remarquent-ils-elles que, parfois, l'antécédent n'est pas tout à fait clair? Au fur et à mesure de votre lecture, prenez le temps, en groupe, de repérer l'antécédent de pronom qui pourrait porter à confusion.

Exemples:

- «elles forment un monticule» page 29
- «ce sera pas assez» page 32
- «peut-être que ça part de là» page 41
- «ceux qui l'entourent» page 43

### Aller plus loin

Encouragez les élèves à relever en cours de lecture les images qui leur semblent moins claires, des passages qui pourraient porter plus d'un sens ou alors dont ils n'ont pas les référents. En petits groupes, incitez-les ensuite à discuter de ces passages pour voir ce que chacun·e a pu en comprendre, notamment pour révéler les références intratextuelles, comme dans cette citation de la page 84: «ni dans quel état sera le ciel de mes bras».

### Observer l'évolution du personnage

*Petites douceurs* est composé de trois parties distinctes qui permettent de suivre l'évolution du personnage principal. Proposez aux élèves de s'arrêter à la fin de chacune des sections pour essayer de déterminer de quelle façon s'est transformé son état mental. Incitez-les aussi à citer le texte pour appuyer leurs réponses.

#### Quelque chose comme une chute

- La narratrice cherche à atteindre un objectif hors de sa portée.
- Une suite d'éléments semble lui faire perdre le contrôle (son bouton, ses vêtements qui sentent la mer, ses menstruations qui la mettent en retard, son choix de tampon, sa note).
- La narratrice est dure envers elle-même.
- Elle démontre du courage quand elle dessine une fleur autour de son bouton ou quand elle monte sur son bureau.
- Elle aimerait arrêter de souffrir.

#### Mes constellations

- La narratrice veut amorcer un changement.
- Elle cherche une autre voie que celles du contrôle et de l'automutilation.
- Elle comprend qu'elle ne laisserait pas ses amies se parler aussi durement qu'elle le fait elle-même: ça la motive à faire preuve de plus de douceur.
- Elle réalise qu'elle doit demander de l'aide.

#### T'a l'heure, demain, plus loin

- La narratrice est plus positive, elle se projette dans l'été, dans le futur.

Dans cette dernière partie, vous pourriez aussi relever qu'on sent un certain lâcher-prise de la narratrice avec la fin du décompte temporel.

À la fin de cette observation, il serait intéressant de questionner les élèves: est-ce que cette progression leur semble logique? Est-ce qu'une mauvaise journée peut être le point de départ d'un grand changement? Amenez-les à réaliser qu'il faut souvent un élément déclencheur pour amorcer un changement et que celui-ci peut prendre du temps à s'opérer complètement.

### Analyser les thématiques

Plusieurs thématiques se croisent dans ce recueil. Dans le but d'en approfondir certaines, divisez la classe en deux et invitez les élèves à relire le texte en appliquant une «lentille» différente: le premier groupe s'intéresse à ce qui est en lien avec l'automutilation alors que le deuxième étudie le traitement du thème de la solitude à travers le récit. Formez ensuite des duos pour faire une mise en commun et permettre aux élèves d'observer comment ces thématiques sont imbriquées, comment elles ont un impact l'une sur l'autre. Par exemple, le fait que la narratrice ne parle pas de ses problèmes fait en sorte qu'elle cherche ses propres solutions. Mais elle ne fait pas toujours les meilleurs choix, comme le démontre son habitude de se blesser elle-même.

#### AUTOMUTILATION

C'est à la page 19 que survient le premier geste, quand la narratrice appuie sur ses ecchymoses pour reprendre le contrôle sur ses pensées. Le concept d'automutilation apparaît plus clairement à la page 27: «parfois je me pince très fort/assez pour avoir des bleus/des mauves». La narratrice lutte contre elle-même, c'est plus fort qu'elle. Elle ne sait même plus quand ce réflexe pour «répondre aux coups des jours/à cette difficulté/[qu'elle a]/de [s]a jaimer» (page 57) a commencé. Elle raconte qu'au début c'était subtil, mais qu'il faut sans cesse aller de plus en plus fort, de plus en plus loin. Elle le fait pour tenter de se sentir mieux, parce que «le corps ne peut pas gérer deux douleurs en même temps» (page 60). Pour elle, c'est aussi une preuve qu'elle existe. Elle est consciente qu'elle doit trouver une solution pour arrêter. Au fil du texte, elle cherche donc des méthodes alternatives pour apaiser la douleur: dessiner, écouter de la musique, se parler comme si elle parlait à une amie, s'écrire, se tenir les mains, respirer ainsi que se projeter dans un futur plus beau, plus lumineux.

Faites observer aux élèves que cette thématique se poursuit dans la postface de l'autrice, alors qu'elle révèle qu'elle aurait aimé «apprendre plus tôt dans [s]a vie qu'il faut répondre à la douleur qu'on ressent par une douceur qu'on se fait, pas par plus de douleur» (page 87).

## SOLITUDE

La narratrice vit seule sa douleur au quotidien. Ses amies veulent l'aider, mais elles ne semblent pas la comprendre. La narratrice rit avec ses amies sans leur révéler sa souffrance, pourtant bien présente, comme le montre ce vers de la page 20 « hahaha82hahaha ». Ce sentiment de solitude est amplifié quand personne ne l'aide à ramasser son cartable qui s'est vidé dans le couloir. Elle fuit ses amies à l'heure du dîner pour ne pas prendre part aux chicanes. Ses amies la cherchent, lui écrivent, la félicitent, mais elle n'arrive pas à leur répondre : « il n'y a pas de symbole qui dit/«je me sens si seule» » (page 50).

Son sentiment de solitude se révèle par ailleurs dans son rapport aux adultes : on le sent notamment dans le cours de français, quand le prof est insensible à sa douleur, qu'il ne comprend pas les signes de son mal-être, puis lorsqu'elle fait référence à sa mère qui accepte que sa fille reste à la maison seulement pour cause de « fièvre toux nausée mal de gorge » (page 31). À l'inverse, la bibliothécaire est là et, même sans mots, elle arrive à montrer son soutien à la narratrice au moyen des livres.

## ATELIER D'ÉCRITURE

Certaines scènes ou certains passages du livre peuvent faire réagir les élèves. Proposez à ces derniers de faire d'abord une tempête d'idées à partir de cet exemple phare :

« pourquoi est-ce si facile  
d'être un monstre  
avec soi-même ? » (page 56)

Demandez-leur de noter tout ce qui leur vient en tête, que ce soit des moments, des expressions, des mots-clés concernant leur rapport à eux-mêmes. Que se disent-ils·elles quand ils·elles se regardent dans le miroir ? Est-ce positif ou négatif ? Ensuite, proposez-leur, comme le fait la narratrice au fil du texte, d'essayer de changer leur discours si celui-ci est négatif. Invitez-les ainsi à écrire un court poème dans lequel ils·elles s'offrent de la douceur, que ce soit en parlant d'eux avec des termes positifs ou encore en se projetant dans une situation qui leur fait du bien.

## RÉAGIR AU TEXTE

Après la lecture de ce texte, revenez avec les élèves sur leur expérience en leur posant quelques questions :

Maintenant que vous avez lu le livre, comment expliquez-vous le choix du titre ?

Avez-vous été touché·e par *Petites douceurs* ? Qu'est-ce qui vous a le plus ému·e ?

Est-ce que cette lecture a une influence sur le regard que vous portez sur vous-même ? Sur votre façon de vous traiter vous-même ?

Est-ce que c'est un livre que vous recommanderiez ? À qui ? Pourquoi ?