

Écrit et illustré par
Charlotte Parent

En collaboration avec Marie-Claude Potvin-Girard, pédopsychiatre

THOMAS

ET LE TROUBLE OBSESSIONNEL-COMPULSIF

Cet ouvrage est la nouvelle édition revue et augmentée d'un outil de psychoéducation qui a été initialement développé par les autrices pour la Clinique des troubles anxieux du Centre de pédopsychiatrie du CIUSSS de la Capitale-Nationale en 2017, avec le soutien de la Fondation du CHU de Québec.

* * * * *

Les autrices remercient toutes les personnes qui ont contribué au projet en 2017, notamment Sandra St-Jean, Éric Morin et Vincent Potvin.

Autrices : Charlotte Parent et Marie-Claude Potvin-Girard
Illustrations : Charlotte Parent



Tous droits réservés
© Éditions Midi trente
www.miditrente.ca

ISBN : 978-2-925213-33-8
Imprimé au Canada

Dépôt légal : 2^e trimestre 2023
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
Bibliothèque et Archives du Canada

Catalogage avant publication de Bibliothèque et Archives nationales du Québec et Bibliothèque et Archives Canada

Titre: Thomas et le trouble obsessionnel-compulsif / Charlotte Parent & Marie-Claude Potvin-Girard.

Noms: Parent, Charlotte, auteur. | Potvin-Girard, Marie-Claude, 1978- auteur.

Identifiants: Canadiana 20230052932 | ISBN 9782925213338 (couverture souple)

Vedettes-matière: RVM: Névroses obsessionnelles—Ouvrages pour la jeunesse. |

RVM: Comportement compulsif—Ouvrages pour la jeunesse. | RVMGF: Documents pour la jeunesse.

Classification: LCC RC533.P37 2023 | CDD j616.85/227—dc23

Tous droits de traduction, d'édition, d'impression, de représentation et d'adaptation, en totalité ou en partie, réservés pour tous les pays. La reproduction d'un extrait quelconque de cet ouvrage, par quelque procédé que ce soit, tant électronique que mécanique, notamment par photocopie ou par microfilm, est strictement interdite sans l'autorisation écrite de la maison d'édition.



Il est interdit de reproduire le contenu de cette publication, en partie ou en totalité, sans autorisation.

Merci de protéger les créateurs et de nous permettre de continuer à publier des ouvrages de qualité.

**Société
de développement
des entreprises
culturelles**

Québec

Les Éditions Midi trente remercient la SODEC de son soutien.

Québec
Crédit d'impôt
livres
Gestion
SODEC

Financé par le
gouvernement
du Canada

Canada

À HÉLÈNE, MAMIE ET PAPI
(CHARLOTTE)

* * * * *

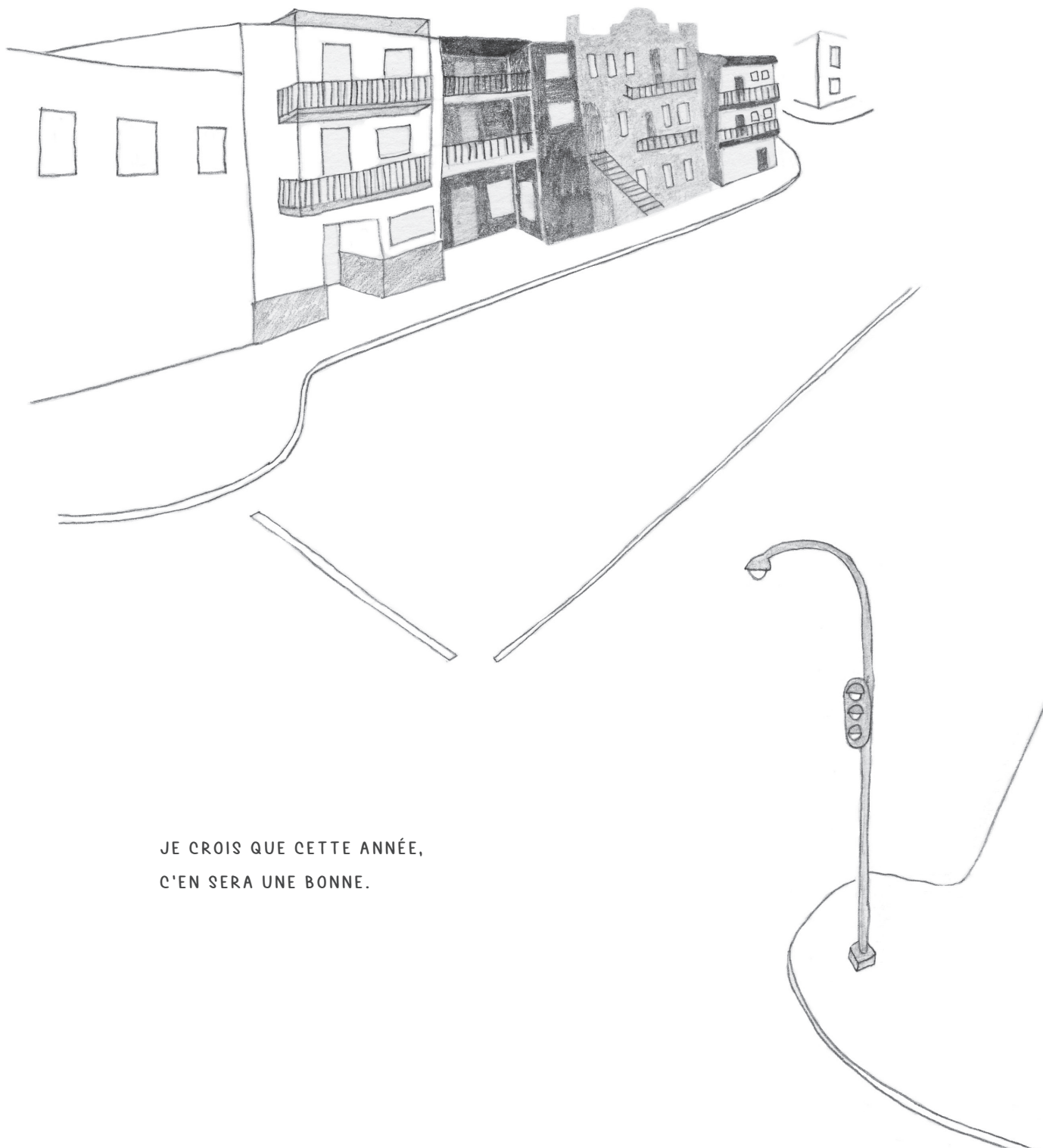
À MES DEUX AMOURS, JACOB ET DAVID
(MARIE-CLAUDE)

« J'AI APPRIS CE JOUR-LÀ
QUE TOUTES LES CHOSES
BIZARRES QUE JE FAISAIS
NE VENAIENT PAS DE
MOI. »

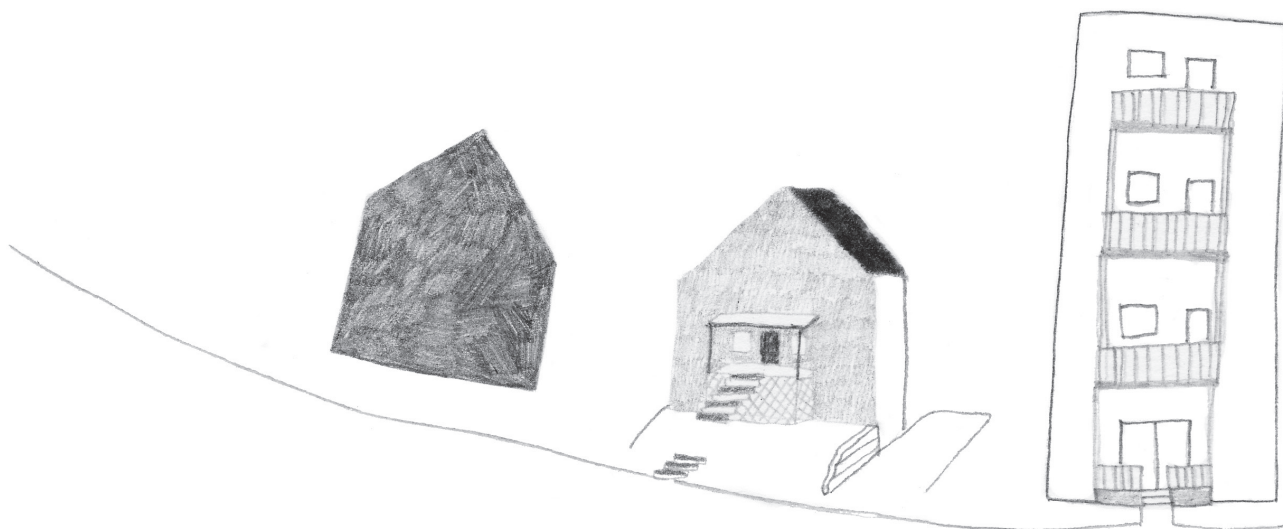
JE M'APPELLE THOMAS.

J'AI QUATORZE ANS, BIENTÔT QUINZE.

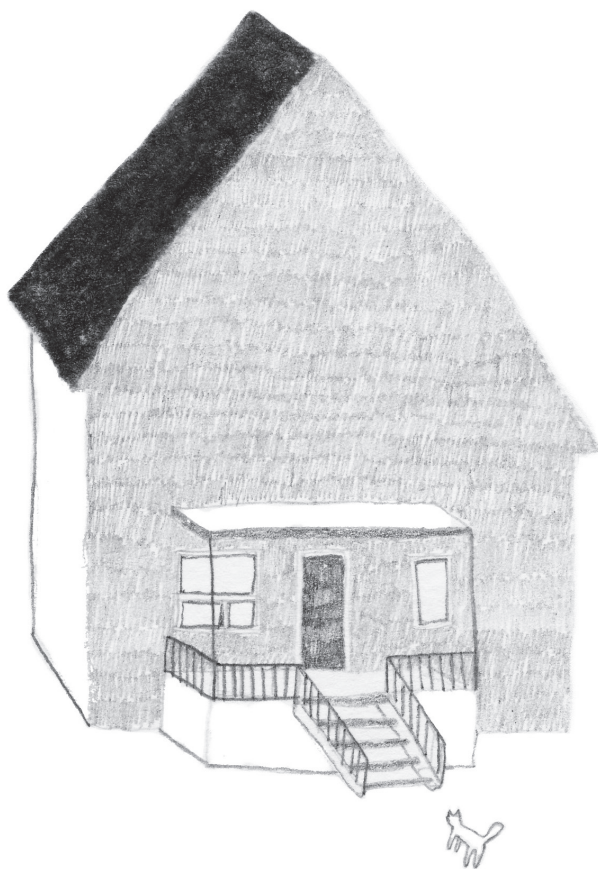
J'ENTRE EN TROISIÈME SECONDAIRE EN SEPTEMBRE.



JE CROIS QUE CETTE ANNÉE,
C'EN SERA UNE BONNE.



ELLES N'ONT PAS TOUTES ÉTÉ FACILES,
LES ANNÉES.

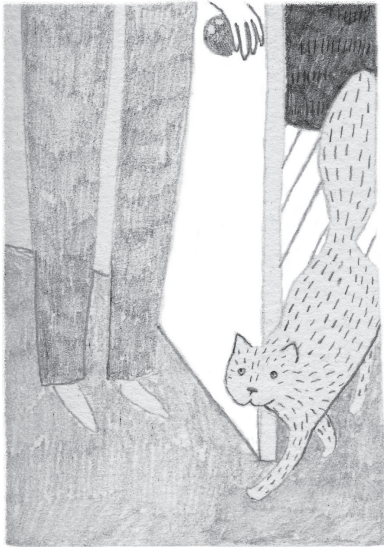


ATTENDS, JE TE RACONTE.



COMME C'EST MON HISTOIRE,
JE DÉCIDE QU'ELLE COMMENCE L'ANNÉE
DE MA QUATRIÈME ANNÉE DU PRIMAIRE.

C'EST L'ANNÉE AVANT SOPHIE,
QUAND MAMAN ÉTAIT ENCEINTE.



PAPA NOUS AVAIT EXPLIQUÉ, À VICTOR ET À MOI, QU'IL FALLAIT ÊTRE GENTILS POUR NE PAS FATIGUER MAMAN. JE FAISAIS TRÈS ATTENTION À ELLE, PARCE QUE JE NE VOULAIS PAS QU'IL LUI ARRIVE QUELQUE CHOSE, À ELLE OU AU BÉBÉ.



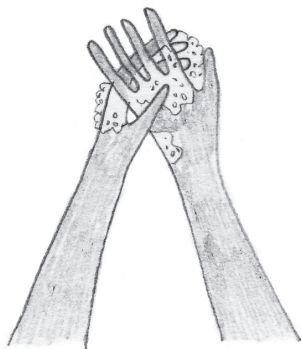
J'AI TOUJOURS AIMÉ BIEN FAIRE LES CHOSSES. SELON MAMAN, J'AI TOUJOURS ÉTÉ PERFECTIONNISTE, ATTENTIONNÉ.

MAIS IL Y A UN MOMENT OÙ ÇA A DÉRAPÉ.



J'AVAIS TRÈS, TRÈS PEUR DE RENDRE MAMAN MALADE, ET LA PEUR PRENAIT BEAUCOUP DE PLACE DANS MA TÊTE.

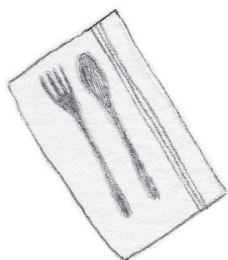
POUR QUE TOUTE LA FAMILLE RESTE EN SANTÉ, IL FALLAIT...



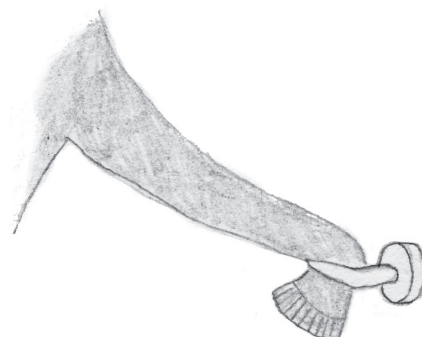
QUE JE ME LAVE LES MAINS EN ENTRANT À LA MAISON,
ET À PLUSIEURS OCCASIONS, AVEC QUATRE POMPES DE
SAVON, PENDANT AU MOINS QUATRE MINUTES;



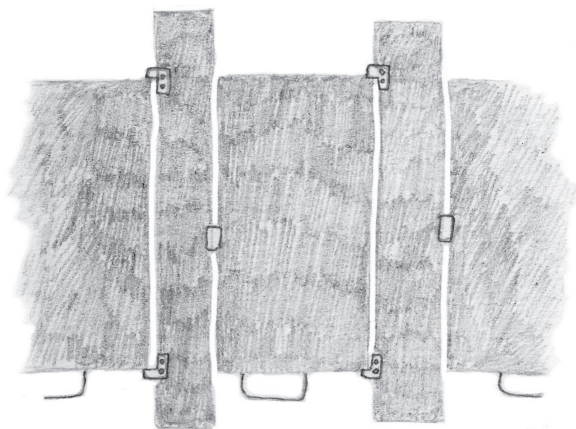
QUE JE LAVE MES CAHIERS AVANT DE LES
RENTRE DANS LA MAISON;



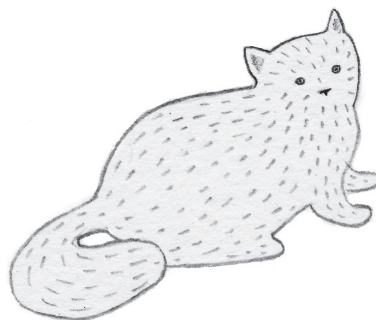
QUE J'UTILISE DES USTENSILES DE LA
MAISON À LA CAFÉTÉRIA;



QUE JE NE TOUCHE PAS LES POIGNÉES DE
PORTE À L'ÉCOLE OU LES ABREUVOIRS AU
GYMNASE;



QUE J'ÉVITE D'ALLER À LA TOILETTE À L'ÉCOLE;



QUE JE NE TOUCHE PAS LE CHAT...

