

LES DEUILS ET LEURS MÉANDRES PRÉSENTATION AU PERSONNEL ET RESPONSABLES DES RI-RTF DE LA RÉGION DES LAURENTIDES

Lorraine Fortin
Conseillère cadre
Direction des services multidisciplinaires
04 avril 2019



Objectifs de la rencontre

- **Proposer une démarche d'appropriation des différents deuils**
 - Présentation des différents deuils
 - Présentation du deuil blanc
 - Impacts du deuil blanc vécus par:
 - Le résident
 - Les proches
 - Les intervenants
 - Les deuils chez les intervenants - Mécanismes d'adaptation
 - Mesures de prévention

Objectifs de la rencontre

➤ Discussion

- Permettre une réflexion sur le vécu des intervenants travaillant en RI-RTF, confrontés aux deuils des résidents de ces ressources ?
- Identifier des moyens permettant de soulager la souffrance vécu par le résident, ses proches et les intervenants lorsque confronté au deuil blanc.
- Établir une corrélation entre le deuil blanc vécu par les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une autre forme de démence problèmes et les autres clientèles DITSADP – Santé mentale – Jeunesse.
- Comment prendre soins de nous, de notre équipe lorsque nous vivons des deuils et pour éviter l'épuisement des deuils répétitifs?

➤ Conclusion

Les deuils

«Le deuil implique une perte»

«Les pertes peuvent être de différentes natures»

«Ce qui implique qu'il y a différents types de deuils»

Deuil évolutif et deuil social

Deuil anticipé

Deuil absent

Deuil chronique

Deuil retardé

Deuil inhibé

Deuil non autorisé

Les deuils

Le deuil évolutif ou deuil social

Pertes associées au passage d'un âge à un autre

- Transition de la vie
- Adaptation à une nouvelle réalité
- Recherche d'un équilibre émotif et cognitif
 - Enfance à l'adolescence
 - Adolescence à l'âge adulte
 - Le départ de la maison familiale
- Perte d'un emploi, la retraite, un exil...
- Ruptures amoureuses
- Perte de la santé

Les deuils

Le deuil anticipé

- On prend conscience qu'on va souffrir d'une perte imminente qui n'est pas encore concrétisée
- Pertes associées à un divorce, un long voyage, une maladie...
- Les sentiments ont tendance à être plus ambivalents et instables que dans les autres deuils
- La souffrance qui y est associée est relative à la proximité et la distance qui caractérise la relation

Les deuils

Le deuil absent

- Celui qui s'en trouve touché, bloque ses sentiments
- Il se referme et fait comme si rien ne s'était passé
- C'est un mécanisme d'adaptation associé au déni
- L'enjeu principal c'est que la douleur revient sous forme d'irritabilité, d'anxiété, de maladies physiques, somatisation...

Les deuils

Le deuil chronique

- C'est un deuil qui s'actualise en raison de l'incapacité à admettre la perte de l'être cher
- La résistance à accepter ce qui s'est passé se traduit par un effort continu pour garder vivant le souvenir de cette personne qui n'est plus
- La personne se replie dans une position de douleur continue
- Les personnes dépressives sont plus à risques de vivre ce type de deuil
- Les symptômes associés à ce type de deuil sont l'anxiété, la tristesse, la culpabilité, l'impuissance et la désillusion.
- **Ces personnes nécessitent de l'aide professionnel**

Les deuils

Le deuil retardé

- Il peut être le résultat du deuil absent...
- Malgré les efforts pour taire la douleur associée à la perte, celle-ci refait surface après un certain moment
- Elle peut mettre un certain nombre d'années avant de se manifester et marque alors le véritable début du deuil

Les deuils

Le deuil inhibé

- C'est un deuil vécu par les personnes qui ont de grandes difficultés à exprimer leurs sentiments
- Il peut être vécu par des enfants chez qui l'adulte ignore la possible souffrance ou qui croient que les enfants ne peuvent pas comprendre ce qui s'est passé
- Il peut être vécu aussi par une personne ayant un handicap cognitif
- Cette inhibition se traduit en obsessions, dépression constante, en anxiété, etc.

Les deuils

Le deuil non autorisé

- Se produit par le rejet de l'entourage à l'endroit de la personne qui ressent de la douleur
- Pour eux, c'est une situation qui ne doit pas durer, la personne doit passer à autre chose et reprendre sa vie comme avant.

Le deuil blanc

- Le deuil blanc peut toucher toutes les formes de perte d'autonomie cognitive, qu'il s'agisse de la maladie d'Alzheimer ou d'une autre forme de démence.
- Il pourrait tout aussi bien s'adresser aux proches des personnes atteinte d'une maladie handicapante, d'une maladie neurologique ou dégénérative

Le deuil blanc

Le deuil blanc c'est:

- Perdre son proche alors qu'il est toujours en vie
- C'est de voir l'autre se transformer sans espoir d'amélioration
- C'est pour les proches et l'aidant, d'accepter le caractère irrémédiable de la maladie
- C'est de renoncer aux projets communs, de perdre la qualité des échanges, perdre un confident, un partenaire
- C'est de se ramasser seul à assumer les responsabilités de la vie quotidienne

Le deuil blanc

Impacts sur la personne atteinte

- C'est d'être conscient que la vie va basculer petit à petit
- C'est d'être conscient des étapes à traverser dans un avenir de pertes successives
 - Perte du permis de conduire
 - Perte d'un talent, d'un emploi
 - Perte de relations amicales
 - Perte d'activités structurantes
 - Perte des rêves et des projets
 - Perte de la proximité de ses proches, de l'être aimé, etc...

Le deuil blanc

Impacts sur la personne

- C'est de renoncer à sa vie tel qu'elle a toujours été et tel qu'on l'avait planifiée, rêvée, pensée...
- C'est de perdre petit à petit le contrôle sur sa vie...
- C'est un cumul de petits deuils, rendant la personne de plus en plus vulnérable
- C'est graduellement s'abandonner à l'autre, devenir dépendant de l'autre
- C'est, lorsque placé en hébergement, perdre ses repères et s'abandonner aux soins bienveillants d'étrangers...
- C'est un itinéraire de vie qui peut comporter bien des déménagements, des hospitalisations et des relocalisations

Le deuil blanc

Impacts sur les proches et sur l'aidant

- C'est un deuil différent que celui vécu à la suite d'un décès car la personne est encore présente et partage toujours notre vie, notre quotidien
- C'est dire adieu à la personne tel qu'on l'a toujours connue alors qu'elle est toujours présente
- C'est souvent... vivre un sentiment de culpabilité, d'impuissance et de regret quant à l'incapacité de poursuivre le soutien à domicile pour leur proche

Le deuil blanc

Impacts sur les proches et l'aidant

C'est, pour le proche...

- Une série d'adaptation qui demande de redéfinir la relation avec celui-ci et d'explorer de nouveaux modes de dispensation d'aide
- La fin du couple, la fin du « NOUS »
- Un lâcher prise liées aux activités de la vie quotidienne
- Passer d'un mode d'implication direct à une implication indirecte dans la prestation de l'aide et de soin
- L'amorce du deuil du couple

Le deuil blanc

Impacts sur les proches et l'aidant

C'est, pour les enfants...

- La fin de la vie familiale d'origine
- La fin du couple parentale
- L'appréhension de la mort de la « famille » où les deux parents sont les personnages centraux
- La difficulté à poursuivre les traditions familiales dans le cadre du centre d'hébergement
- La confrontation à son propre vieillissement

Le deuil blanc

Le deuil blanc, c'est une série de renoncement, de petits deuils pour lesquels le deuil final ne peut être complètement résolu

Le deuil blanc

C'est, pour le personnel des ressources d'hébergement...

- D'abord se rappeler, que pour chaque personne placée en hébergement, il y a une histoire et une dynamique au sein même du couple et de la famille
- Se mettre à l'écoute de l'histoire, et des besoins du résident
- Tenter de comprendre la dynamique familiale

Le deuil blanc

C'est, pour le personnel des ressources d'hébergement...

- Laisser la place à l'expression des émotions et à l'expression des liens entre la personne et sa famille
- Composer avec les besoins d'implication de la famille auprès de leur parent et les responsabilités dévolues au personnel de la ressource.

Les deuils chez les intervenants...

L'intervenant, est confronté au quotidien au processus de deuil...

- On pense ici au deuil anticipé parce que prévisible mais aussi au deuil précoce, aux deuils répétitifs...
- Dans son rôle, l'intervenant accueille et accompagne le résident tout en se préparant à la fin inéluctable (transfert, hospitalisation, décès)
- Il doit trouver un équilibre entre son investissement bienveillant et professionnel et la juste distance
- Pour l'intervenant, le deuil se traduit par un bris du lien d'attachement dans la relation d'aide tant au niveau du résident que celui établi avec la famille

Les deuils chez les intervenants...

Les deuils anticipés

- Les séparations et morts anticipés peuvent être élaborées et préparées en équipe parce que prévisibles
- L'impact de ces décès est amoindri sur les équipes parce que du temps a été pris pour préparer ce départ
- Le partage et la liberté de parole sont un remède essentiel à la résolution des conflits personnels, des sentiments de culpabilité ou d'échec dans ces contextes

Les deuils chez les intervenants...

Les deuils en lien avec les décès subits

- Ils surviennent dans un contexte violent, imprévu, par exemple un suicide, une chute fatale...
- Ce sont des séparations brutales, non planifiées
- Ils provoquent un retentissement délétères dans l'équipe de soins
 - Questionnement
 - Incompréhension
 - Culpabilité
 - Sentiment d'échec
 - Remise en question des compétences personnelles et professionnelles
- L'intervenant demeure parfois sidéré, isolé...

Les deuils chez les intervenants...

Facteurs influençant le deuil de l'intervenant

- Premier décès en carrière
- Soudaineté du décès ou lente agonie
- Usure de la répétition
- Réveil des deuils personnels
- Longueur de l'accompagnement
- Importance de l'âge

Les deuils des intervenants...

Le premier décès en carrière

- Sentiments vécus sont souvent associés à:
 - La tristesse, l'impuissance, la révolte
- C'est un rituel de passage qui permet à l'intervenant:
 - D'affronter ses propres peurs et de les identifier
 - D'accepter ses peurs et peu à peu de les dépasser
- C'est le début de la résilience essentiel à l'accomplissement de son rôle d'accompagnant
- La mort d'une premier usager en carrière est toujours douloureuse et laisse parfois longtemps des traces

Les deuils chez les intervenants...

L'usure et la répétition

- La répétition peut fortement troubler l'intervenant
- Il est confronté à la tristesse du départ des personnes qu'il a appris à connaître, à côtoyer au quotidien et à accompagner du mieux qu'il le pouvait
- Ces répétitions sont souvent la cause d'une usure psychologique et risque de fragilisé l'intervenant à long terme.

Les deuils chez les intervenants...

L'impact de la succession des décès

- Source d'épuisement pour les équipes
- Demande une grande force morale
- Anticipation anxieuse du décès à venir
- Les relations aux clients peuvent être redoutées, désaffectées pour se préserver de la blessure de la séparation

Les deuils chez l'intervenant...

Reconnaître l'usure professionnelle

Absentéisme

Irritabilité

Résignation

Somatisation

Démotivation

Trouble du
sommeil

Surinvestissement
du travail

Isolement
dans l'équipe

Refus d'accepter le
déclin du résident

Perte de distance face au
vécu d'autres résidents
mourant

Les deuils des intervenants...

Le réveil des deuils personnels

- Réveil de deuils pénibles (parents, enfants, amis...)
- Si récent, le deuil n'est peut-être pas complété, donc présence d'une plus grande vulnérabilité
- Predispositions à revivre le désarroi de la perte
- Peut être plus réceptif aux émotions vécus par l'équipe
- Risque de fermeture, de repli, de protection de soi
- Risque de ce décentrer et se retourner vers la douleur de l'autre

Les deuils des intervenants...

Mécanismes de défense devant la mort

Identification à la personne	Projection de sa destinée
Refoulement	Chasse aux pensées troublantes inconscient
Isolation	Partage des pensées et de l'affect
Déni	Ne peut se résigner à laisser partir la personne
Stoïcisme	Distance affective - carapace
Évitement	Refoulement conscient
Intellectualisation	Raisonnement philosophique, inconscient
Rationalisation	Justification de la tiédeur des sentiments, de la conduite

Les deuils des intervenants...

Les émotions ressentis par l'intervenant lors d'un décès

- Tristesse et parfois peur
- Crainte du jugement des autres
- Volonté de se montrer fort
- Résignation
- Acceptation
- Remords
- Sentiment d'utilité
- Souffrance morale
- Recherche de sens

Les deuils des intervenants...

Moyens pour mieux vivre le deuil

- Offre de soins humains répondant aux besoins du client
- Évitement de la distanciation et du stoïcisme
- Ouverture à ses valeurs spirituelles
- Équilibre entre le don de soins et le don de soi
- Reconnaissance et acceptation de ses émotions de deuil
- Mesures des investissements affectifs
- Soutien de l'équipe – En parler ensemble

Les deuils des intervenants...

Autres solutions

- Groupe de parole
- Supervision professionnel par un psychologue externe
 - Accompagnement adapté à la situation surtout dans les cas des décès soudains et mal vécus
 - Vécu par le personnel comme une reconnaissance implicite des difficultés rencontrées face à l'événement.

Temps de parole...

Discussion en groupe...

Partage d'expériences en lien avec les notions vues.

Le deuil blanc, peut-il selon-vous être transposable à d'autres clientèles?

Comment peut-on aider les familles, les proches ou l'équipe confrontés à un deuil blanc ou confronté à un deuil suite au décès du résident?

Quels sont les moyens dont vous disposez pour prendre soins de vous lors de deuils vécus suite au décès ou au départ d'un résident pour lesquels vous êtes investis ?

Conclusion

- Nous vivons nos deuils personnels
- Nous sommes interpellés par le deuil blanc
- Nous vivons nos deuils professionnels
- Nous devons prendre soins de nous
- Nous devons prendre soins de notre équipe
- Nous devons en parler car la souffrance causée par les pertes nous rattrape toujours...

QUESTIONS, COMMENTAIRES, SUGGESTIONS ?



Merci !

Comprendre le deuil pour mieux le traverser...