



Session:

L'éveil au deuil

Marie-Josée Perron



# Processus de guérison du deuil

## Les étapes du deuil

1. Le choc
2. La négation
3. La phase émotionnelle
4. La réalisation des tâches du deuil
5. Le sens de la perte
6. Le pardon
7. L'héritage





# LES RÉACTIONS

**Paralysie, gel ou super activité**

**Plan cognitif** : reconnaissance de la perte sans la réaliser

**Plan émotionnel** : reconnaissance de la perte sans émotion

**Phase aiguë du deuil** : valse des émotions et fatigue

**Guérison** : la personne **parle de projets**

capacité de parler du défunt sans émotions

laisser partir

capacité de nommer des gains



## Des manières d'aider

**Offrir une présence non envahissante**

**Favoriser la personne pour du repos**

**Écoute empathique**

**Respecter le rythme de la personne**

**Attendre le bon moment pour aider**

**Écouter les émotions pour vérifier la réconciliation**

**Encourager à nommer les acquis**



Nous débuterons la  
**rencontre I**  
dans quelques instants