

Accompagner les proches aidants et endeuillés en temps de pandémie: de la théorie à la pratique

Mélanie Vachon, Ph.D.

Professeure, Département de psychologie, UQÀM

Chercheuse: RQSPAL; CRISE

Objectif du webinaire et contenu

Objectif

- Réfléchir et échanger sur la question du deuil afin de s'outiller pour mieux accompagner les proches aidants et endeuillés en contexte de pandémie

Contenu

- Mise à jour des connaissances générales sur le deuil
- Spécificité du deuil en contexte de pandémie
- Modalités alternatives de soutien
- Étude de cas et **échanges sur vos préoccupations**

Le deuil: définitions

Deuil dit « normal »

- Multitude de réactions émotionnelles, cognitives, comportementales et physiques susceptibles de se manifester à la suite d'une perte importante

Deuil dit « compliqué » ou « complexe et prolongé »

- Compliqué: 30% de la population / Complexe et prolongé: 10% de la population
- Intensité élevée de la détresse / Prolongé dans le temps / Importantes conséquences sur la santé physique et psychologique

Le deuil et la pandémie de COVID-19

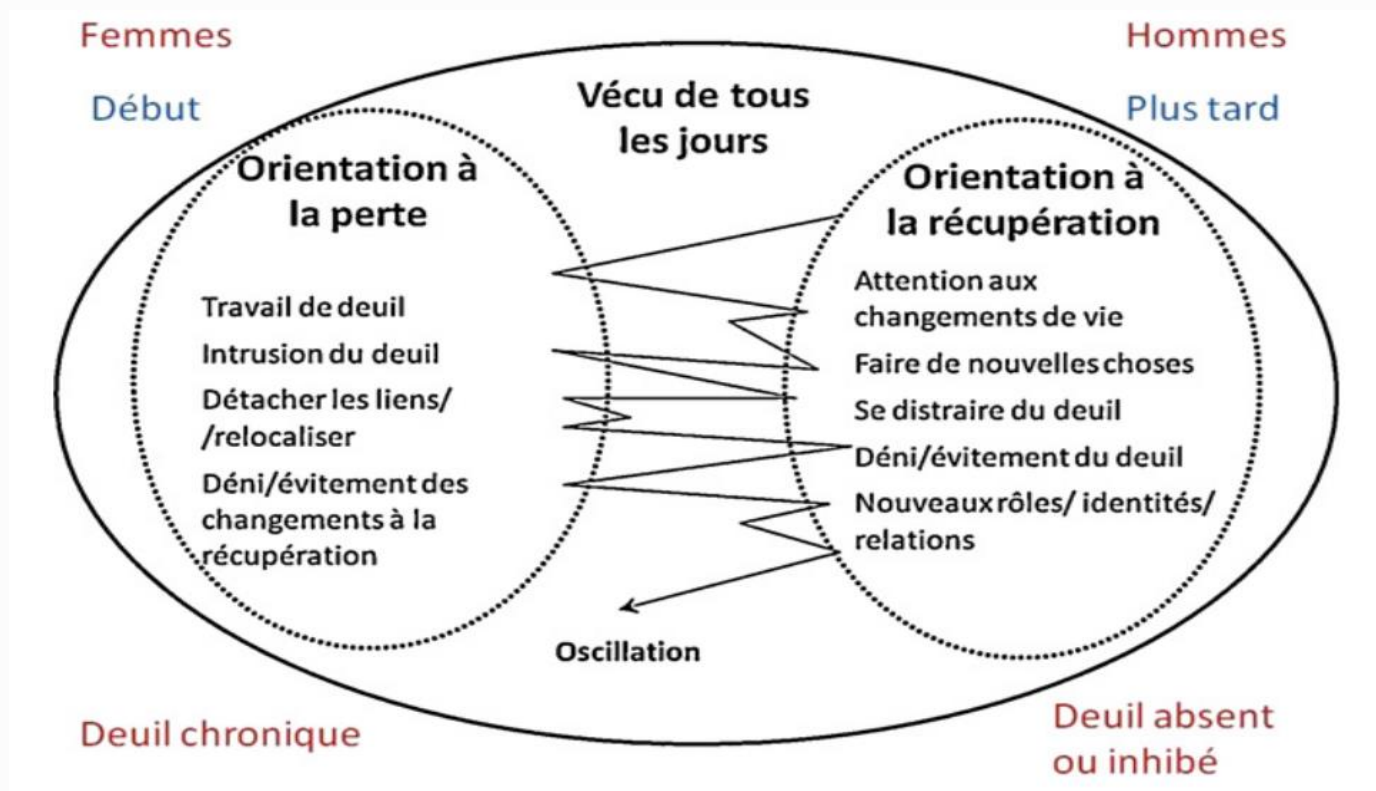
Le contexte de pandémie met en place un certains nombres de facteurs susceptibles de contribuer à la complexification du deuil:

- 1) Stress, anxiété préalables et cooccurrents au décès
- 2) Circonstances des décès (manque de préparation, non-accompagnement, regrets)
- 3) Impossibilité de commémorer (manque de reconnaissance et de soutien social, interférence avec la mise en récit, l'intégration et la recherche de sens).

Le deuil: un processus

- Un processus en étapes?
- Un chemin houleux, des montagnes russes
- Un processus qui prend du temps
- Un processus individuel
- Deux modèles aidants:
 - Modèle d'oscillation
 - Modèle « des liens continus »

Modèle d'oscillation



(Zech et al., 2013, p. 159)

Modèle des liens continus

Je serre doucement sa main, et dans un sourire qui a les larmes aux yeux, je finis par lui dire que... je suis là... et que... je l'aime... et que je suis plein de son amour, de cet amour débordant qu'elle a toujours eu pour moi, que je me suis tellement senti aimé, qu'elle a eu une vie si remplie de cet amour, de tous ses amours, qu'elle peut être fière de ça, d'avoir tant aimé toute sa vie, si généreusement, et d'avoir été tant aimée, qu'elle peut partir en paix, que ces amours-là vont continuer de vivre, et qu'elle peut larguer les amarres, partir rejoindre l'amour de sa vie...

- Dominic Champagne

Comment intervenir?

- Importance, valeur et nécessité de la mise en récit et du témoignage, précisément dans le contexte de la pandémie
- Aperçu des facteurs de risques et évaluation sommaire du contexte de vie, incluant les sources et la qualité du soutien
- Attention particulière à la recherche de sens et au processus d'intégration de la perte
- « Réécrire » l'histoire dans les cas de décès potentiellement traumatiques
- Ressources complémentaires pour les intervenants, proches et endeuillés:
jaccompagnecovid19@gmail.com <https://www.facebook.com/Jaccompagnecovid19/>

Discussion / Étude de cas
