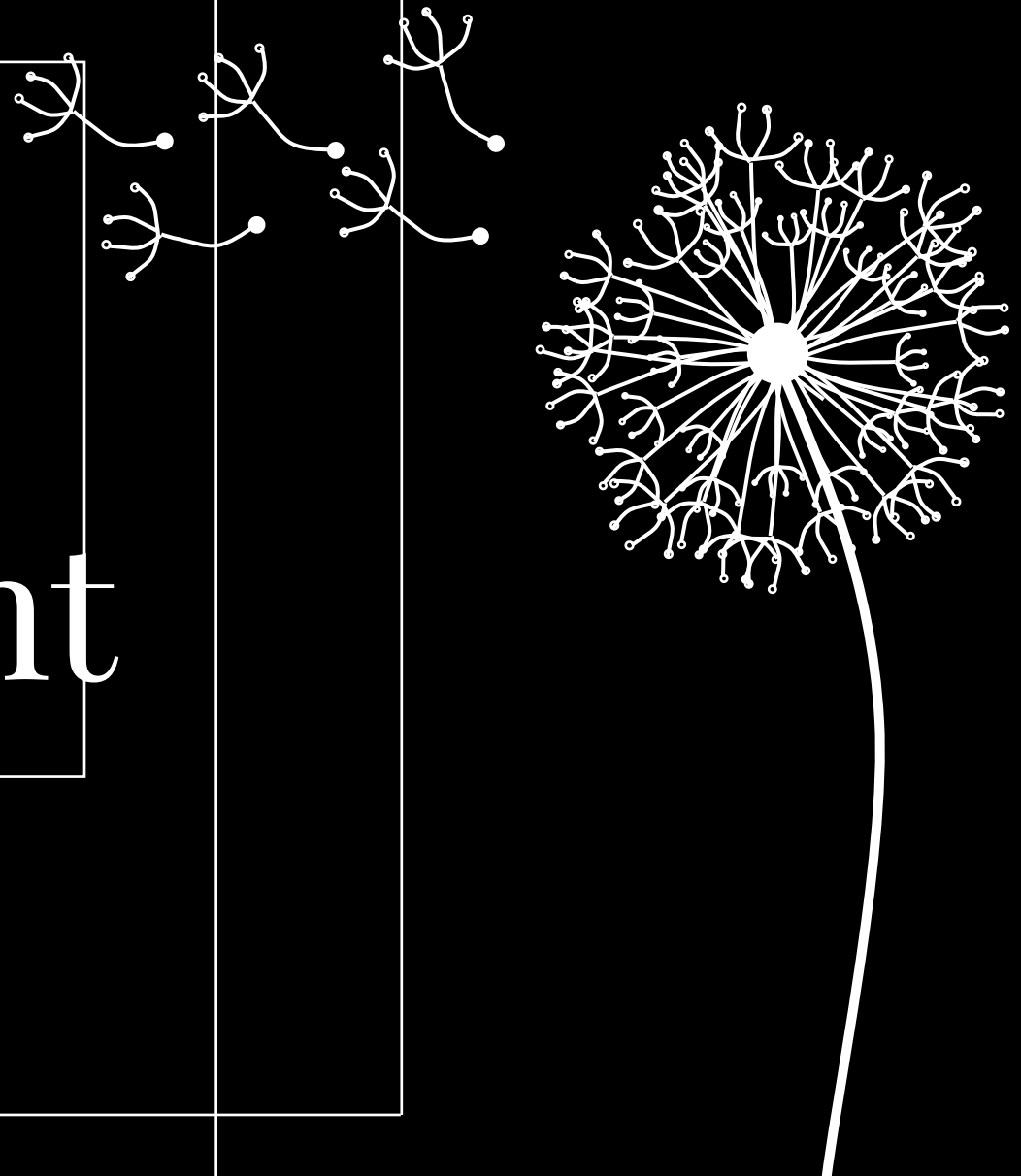
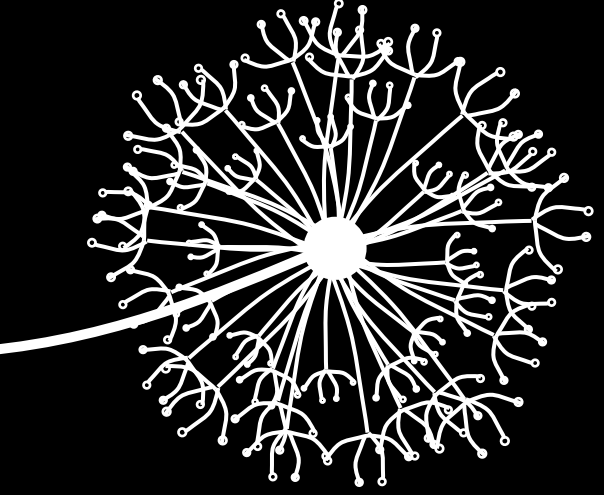
Deuil d'un proche aidant



SLIDESMANIA.COM

Diane Frenette, psychologue
Collaboration avec Dre Gabrielle Voyer, R2
GMF-U Jacques-Cartier
Mars 2023



Avant le décès

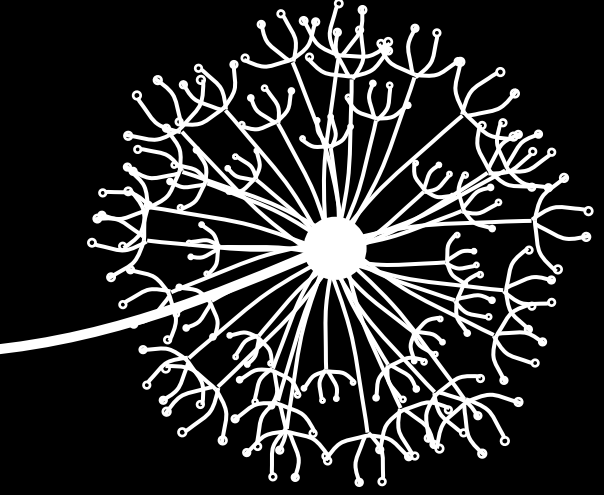
« Sacrifices »

Manque de temps pour soi/
vie familiale /sociale/loisirs/vacances

La poursuite de l’engagement auprès le l’être cher apporte une « gratification compensatoire »

Et parfois, ce rôle donne un sens à l’existence du proche aidant

SLIDESMANIA.COM



Après le décès

Quelque chose se rompt

Vécu de PERTE

+

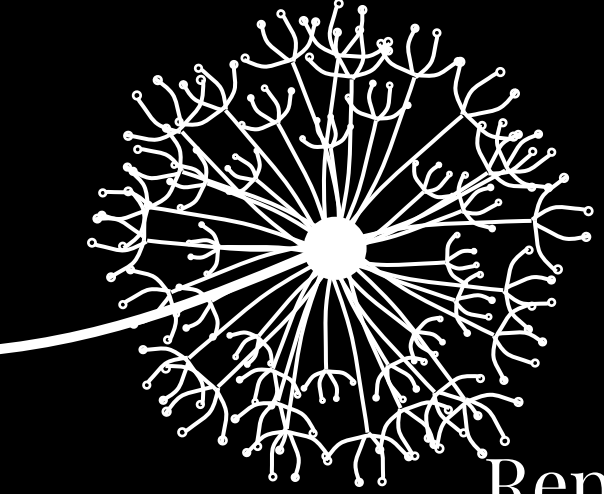
Décalage avec les autres

+

SOLITUDE

(isolement fréquent)

SLIDESMANIA.COM



Après le décès

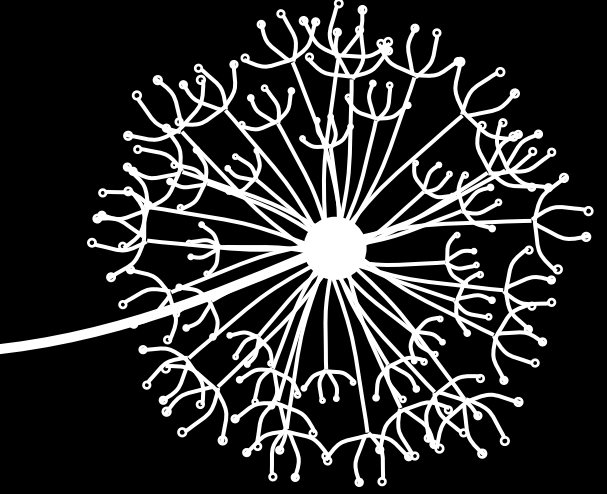
Repères et perspectives ébranlées

VIDE EXISTENTIEL

“ Je ne sais plus qui je suis ”

← →

SLIDESMANIA.COM



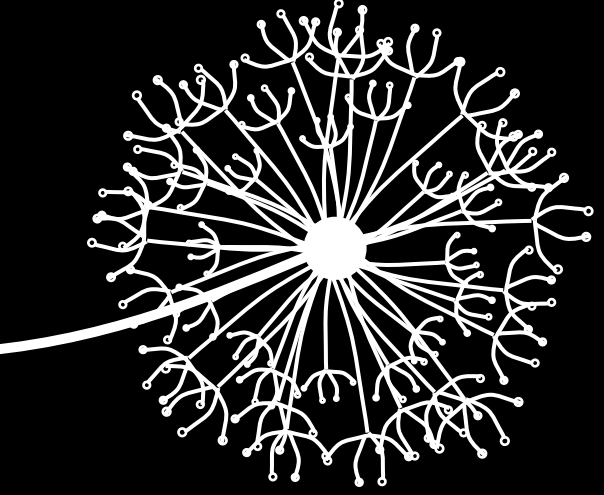
Après le décès

Charge émotionnelle

élevée

parfois contradictoire

SLIDESMANIA.COM



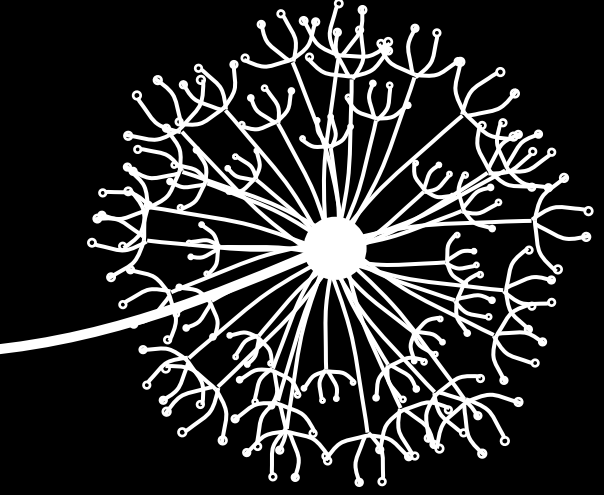
Après le décès

L’HEURE DES BILANS

s’ajoute aux étapes du processus de deuil

et accentue la souffrance

SLIDESMANIA.COM



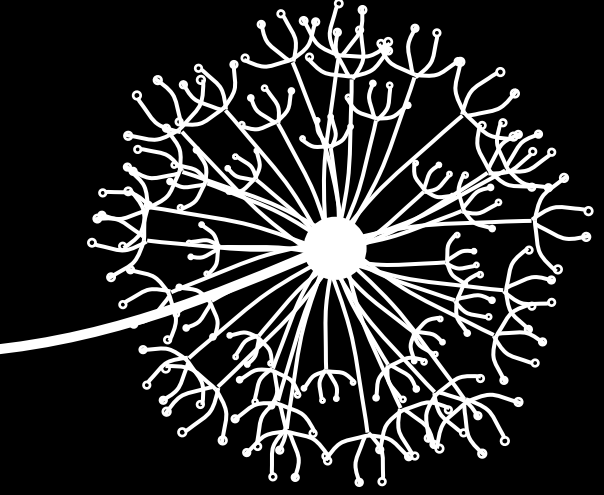
L’HEURE DES BILANS

A Équilibre bons coups et difficultés

B Bons coups > mais épuisement ++++

C Bilan négatif

SLIDESMANIA.COM



ÉMOTIONS MAÎTRESSES

A

Chagrin,douleur profonde, nostalgie, gratitude

B

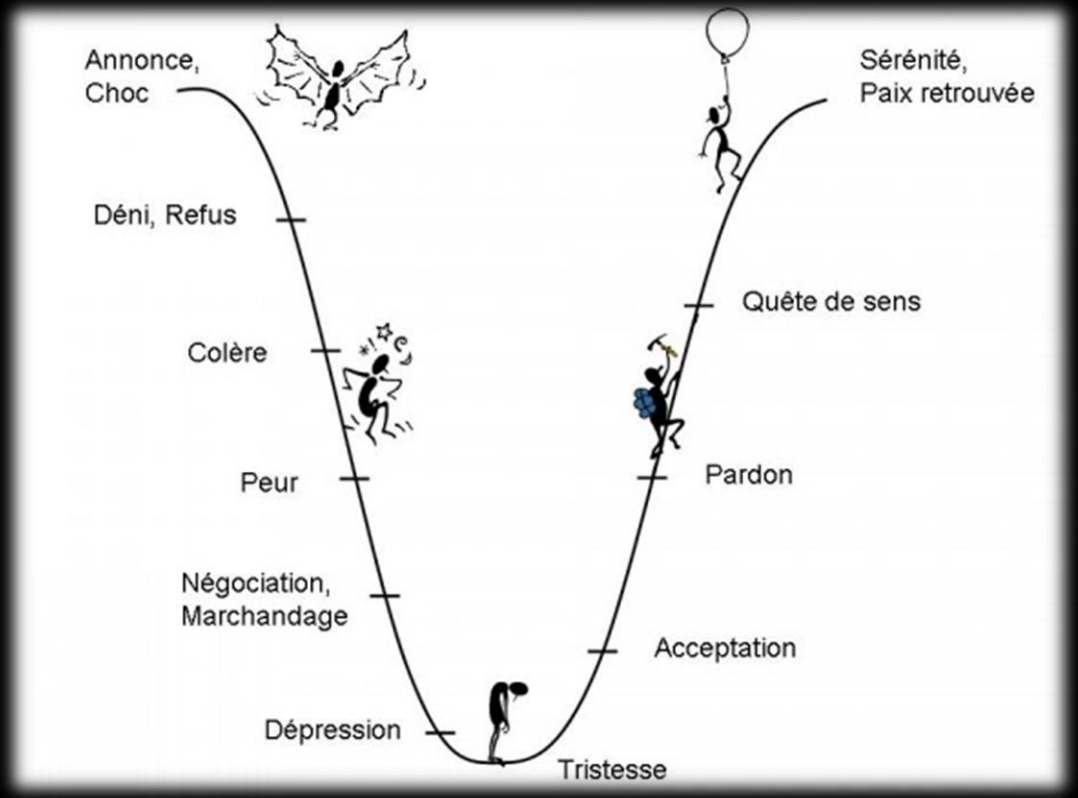
Langueur, refoulement ou confusión émotionnelle, ennui

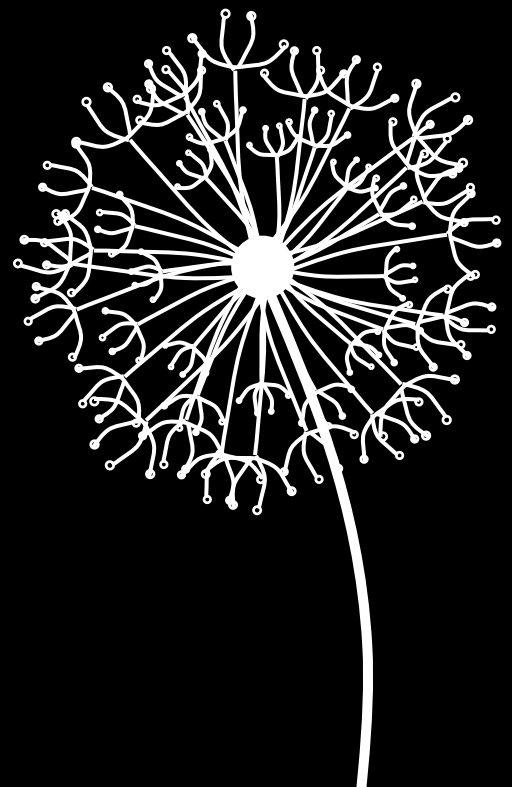
C

Culpabilité, regrets mélancoliques, amerturme / colère, déni du chagrin

SLIDESMANIA.COM

ÉTAPES du DEUIL





SLIDESMANIA.COM

Un « suivi de deuil »

devrait avoir comme objectif principal

d’offrir une présence bienveillante,
un espace sécuritaire et un temps suffisant

pour que le patient dépose une partie de sa
charge émotionnelle devant vous :

« personne significative »

dont la neutralité bienveillante
ouvre à la possibilité de « se raconter »



SLIDESMANIA.COM



Parfois, il n’y a rien à dire

SLIDESMANIA.COM

“ Tout comme vous avez dû apprendre à être un aidant,

vous devrez éventuellement apprendre à ne plus l’être.”

Société Canadienne du cancer



SLIDESMANIA.COM

Après le décès

Une charge émotionnelle élevée

impacte les capacités d’adaptation

sape l’énergie

ralentit la progression du deuil



SLIDESMANIA.COM

Un temps pour le deuil*

Le deuil fait partie des choses les plus secrètes et les plus humaines que tu vivras.

La manière dont tu vis ta souffrance est UNIQUE.

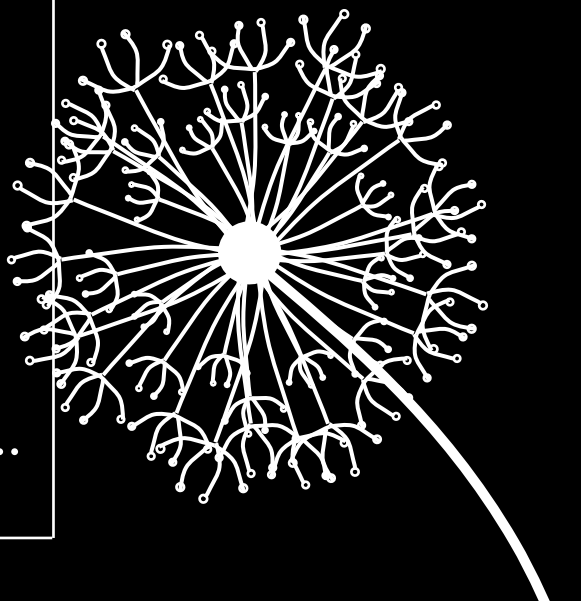
Elle dépend de ton caractère, des liens personnels que tu entretenais (ou pas) avec cette personne; des moments partagés.

N'écoute pas les autres quand ils te disent comment ou à quel rythme vivre ton deuil...

MAIS

Ne te coupe pas des autres...

Tu as besoin de leur présence, de leur attention, leur écoute, de leur tendresse...



SLIDESMANIA.COM

* Katafiasz, Karen. Un temps pour le deuil. Les éditions du Cerf.Paris.1993

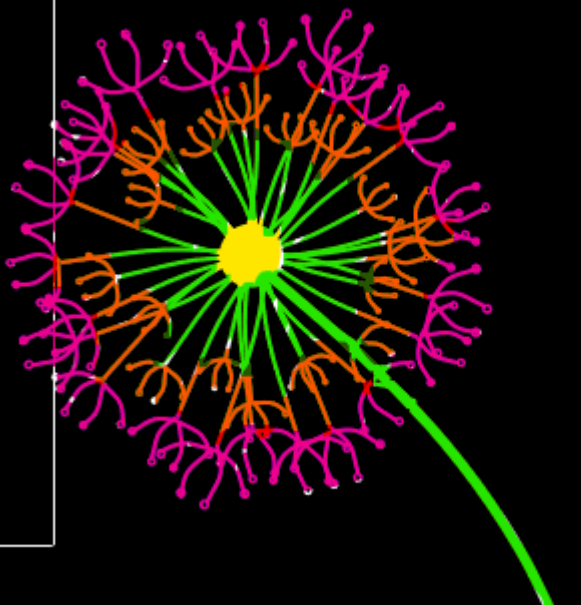
LAISSE-TOI VIVRE À NOUVEAU...

Tu ne trahis pas la mémoire d'un être cher en éprouvant de la joie!

Permets-toi de vivre des petits plaisirs de la vie



Un temps pour la vie



SLIDESMANIA.COM

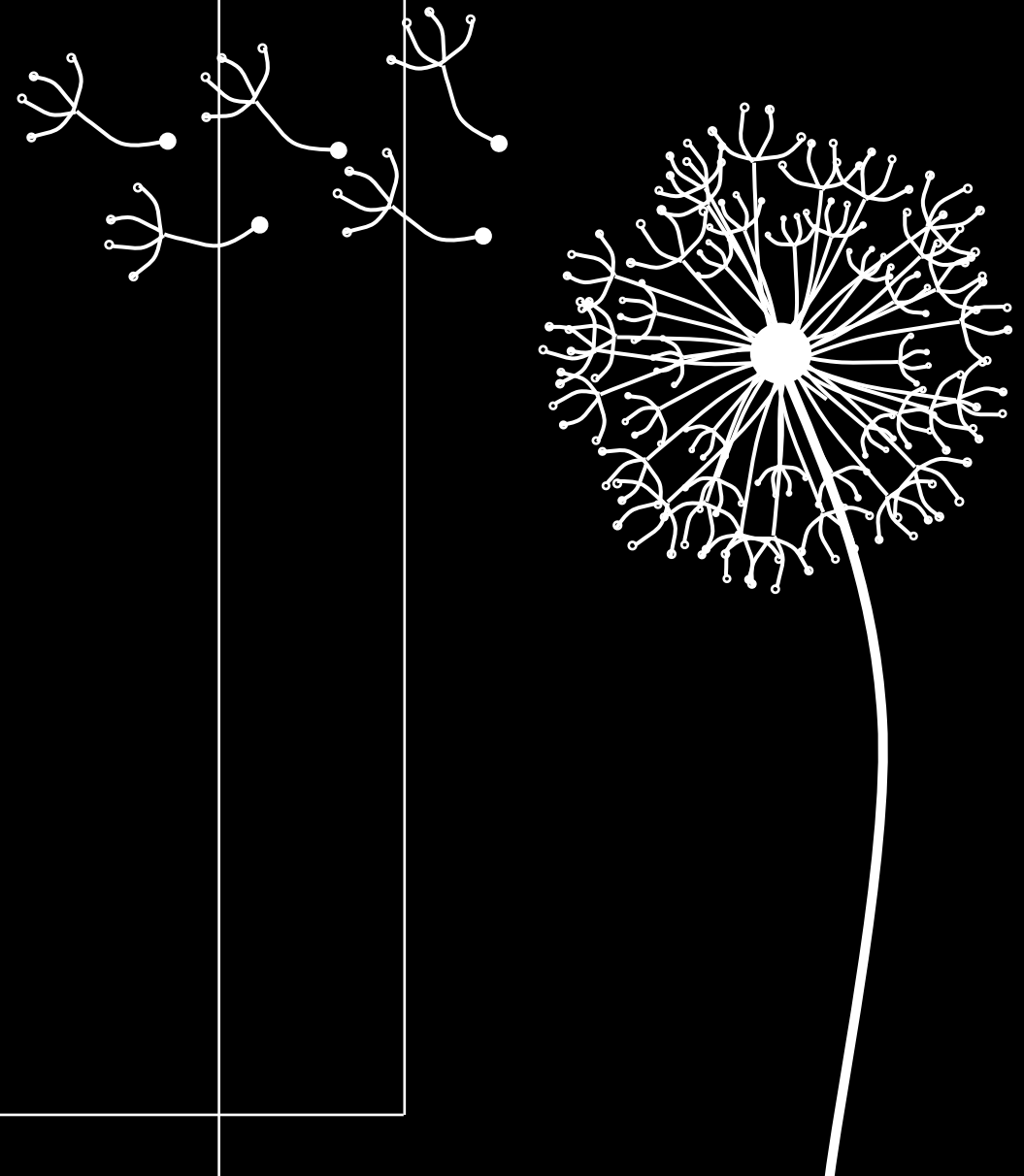


ÊTRE LÀ

SLIDESMANIA.COM

MERCI
de votre attention !

COMMENTAIRES
QUESTIONS
?!?



SLIDESMANIA.COM

Merci aux concepteurs du Gabarit SlidesMania !