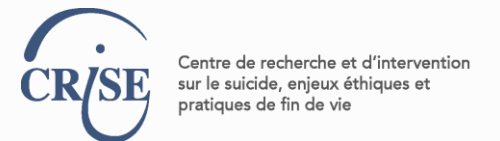


# *La post aidance à l'ère de la COVID-19 : outiller les intervenants de première ligne pour mieux accompagner le deuil pandémique*

*Mélanie Vachon, PhD*

*Département de psychologie  
Université du Québec à Montréal*



# Objectif général de la présentation



À partir des résultats du projet de recherche *J'accompagne COVID-19*, décrire et comprendre le nouveau phénomène du deuil pandémique.


UQÀM

 UNIVERSITÉ DE  
SHERBROOKE

 **RQSPAL**  
RÉSEAU QUÉBÉCOIS DE RECHERCHE  
EN SOINS PALLIATIFS ET DE FIN DE VIE

  
**IRSC CIHR**  
Instituts de recherche  
en santé du Canada Canadian Institutes of  
Health Research

CRSH  
SSHRC  
  
Canada

 **CR/SE**  
Centre de recherche et d'intervention  
sur le suicide, enjeux éthiques et  
pratiques de fin de vie

# Objectifs spécifiques

- Comprendre les particularités du deuil vécu en temps de pandémie et reconnaître les difficultés particulières auxquelles les endeuillé.es sont confronté.es en contexte de pandémie.
- Distinguer le deuil pandémique des autres types de deuil.
- Cibler les modalités d'accompagnement susceptibles de soutenir les personnes vivant un deuil en contexte de pandémie.
- Reconnaître les situations de deuil étant susceptibles de bénéficier d'un accompagnement professionnel plus spécialisé.

# La pandémie: un an plus tard...



Plus de 11 000 décès.

- Première vague :
  - Particulièrement meurtrière auprès des personnes du 3<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> âge en résidence ou en centre d'hébergement
  - Décès dans des circonstances tragiques
  - Mesures de santé publique particulièrement strictes.

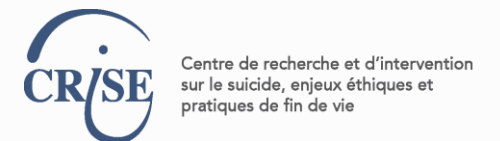


Centre de recherche et d'intervention  
sur le suicide, enjeux éthiques et  
pratiques de fin de vie

# Le projet *J'accompagne COVID-19*



- Projet de recherche participatif et créatif auprès d'endeuillé.es (36) et de soignant.es (8)
- 73 entrevues en profondeur
- Plusieurs dizaines de témoignages écrits
- Décrire le deuil pandémique / Réfléchir aux modalités de soutien
- Créer une communauté de soutien pour les endeuillé.es



# Qu'est-ce que le deuil?



1. Ensemble de réactions
  - Physiques, émotionnelles, comportementales.
2. Un processus dynamique
  - Un processus d'oscillation, des montagnes russes.
3. Un « travail »
  - Transformer une relation
  - Intégrer l'événement comme faisant partie de son histoire de vie, donner un sens.

UQÀM

 UNIVERSITÉ DE  
SHERBROOKE

 **RQSPAL**  
RÉSEAU QUÉBÉCOIS DE RECHERCHE  
EN SOINS PALLIATIFS ET DE FIN DE VIE

  
**IRSC CIHR**  
Instituts de recherche  
en santé du Canada Canadian Institutes of  
Health Research

CRSH  
SSHRC  
  
Canada

 **CR/SE**

Centre de recherche et d'intervention  
sur le suicide, enjeux éthiques et  
pratiques de fin de vie

# Le deuil: comment s'y retrouver?



- Deuil normal vs deuil compliqué (30%)
- Deuil complexe et prolongé (10%)
- Notion de facteur de risque
- Deuil désaffranchi
- Mais qu'en est-il du deuil pandémique ?


UQÀM

 UNIVERSITÉ DE  
SHERBROOKE

 **RQSPAL**  
RÉSEAU QUÉBÉCOIS DE RECHERCHE  
EN SOINS PALLIATIFS ET DE FIN DE VIE

  
**IRSC CIHR**  
Instituts de recherche  
en santé du Canada Canadian Institutes of  
Health Research

CRSH  
SSHRC  
  
Canada

 **CR/SE**  
Centre de recherche et d'intervention  
sur le suicide, enjeux éthiques et  
pratiques de fin de vie

# Qu'est-ce que le deuil pandémique ?



- N'est pas un deuil « normal »
- Ni un deuil « pathologique »
- Il s'agit plutôt d'un deuil « suspendu », « morcelé », « fragmenté » qui peut être normal, compliqué, désaffranchi et ou complexe et prolongé

UQÀM

 UNIVERSITÉ DE  
SHERBROOKE

 RQSPAL  
RÉSEAU QUÉBÉCOIS DE RECHERCHE  
EN SOINS PALLIATIFS ET DE FIN DE VIE

 IRSC CIHR  
Instituts de recherche  
en santé du Canada Canadian Institutes of  
Health Research

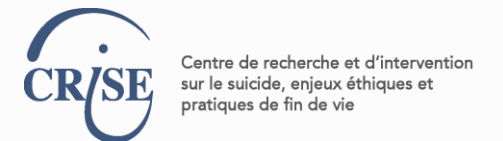
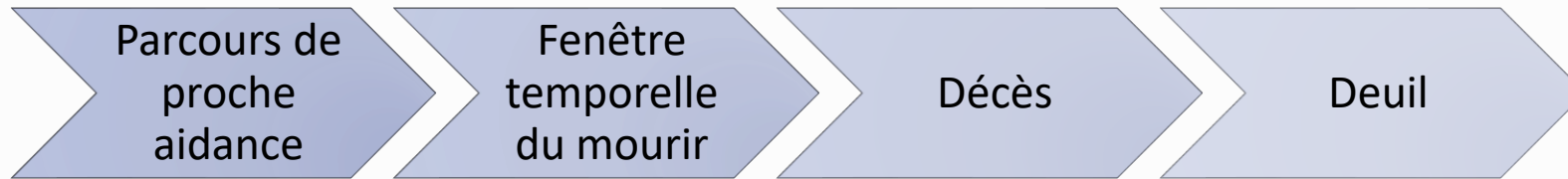
CRSH  
SSHRC  
  
Canada

 CR/SE

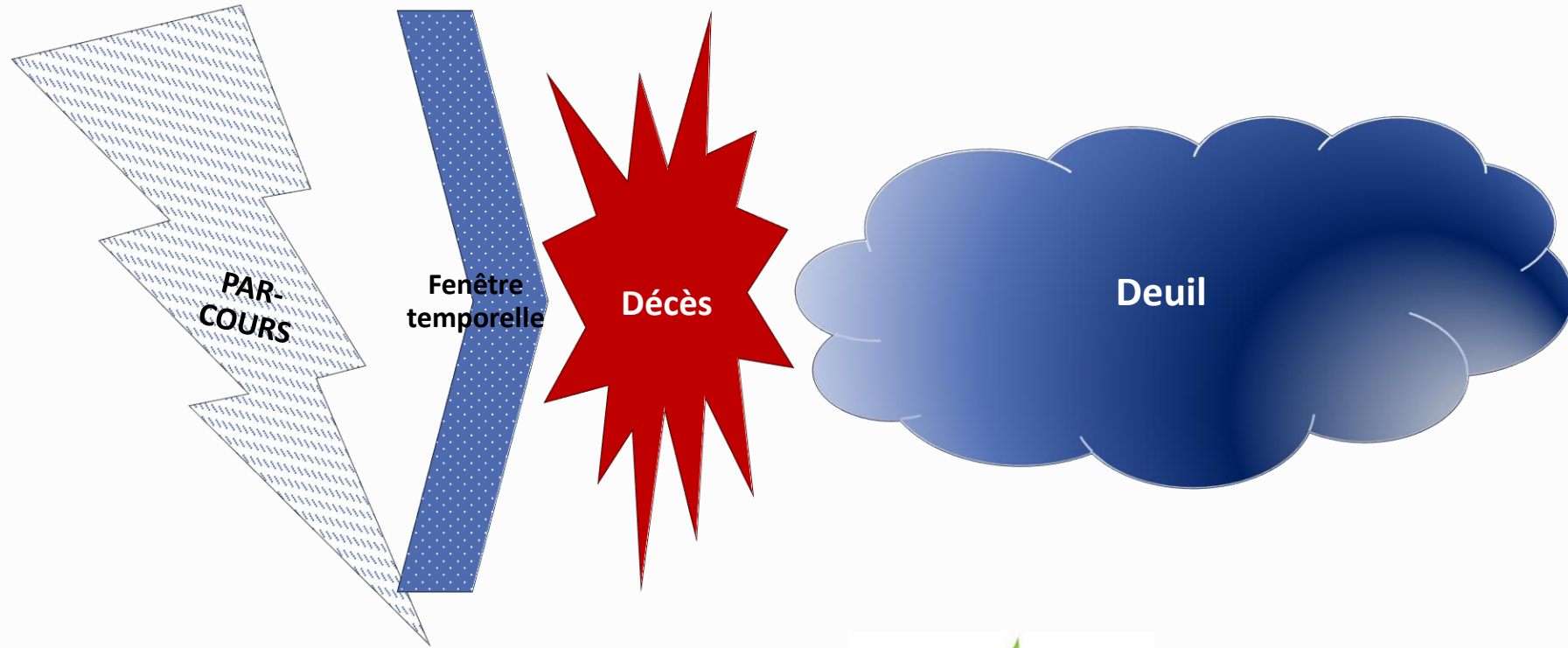
Centre de recherche et d'intervention  
sur le suicide, enjeux éthiques et  
pratiques de fin de vie



# Trajectoire du deuil



# Trajectoire du deuil pandémique



# Un parcours de ruptures et d'impuissance

- Rupture de contact et inquiétudes
- Apprendre le déclin de son proche de manière fortuite
- Déclin rapide



# Le rétrécissement, voire la fermeture de la fenêtre temporelle du mourir

Plutôt qu'être en cohérence avec les valeurs et besoins de la personne, c'est au rythme des directives de santé publique que l'accompagnement (ou plutôt le non-accompagnement) se fera en pleine pandémie, entraînant ici dilemmes, conflits, regrets, culpabilité et remords.

- Conflit de valeurs
- Exemple de dilemme moral



# Un décès soudain, sans témoin, vécu comme un choc

- L'autre est mort seul. A-t-il souffert?
- Est-ce que la contamination ou le décès auraient pu être évités?
- Absence de repères concrets.
- Est-ce qu'on lui a donné sa chance de se battre?



# Des rituels au rythme des mesures de santé publique

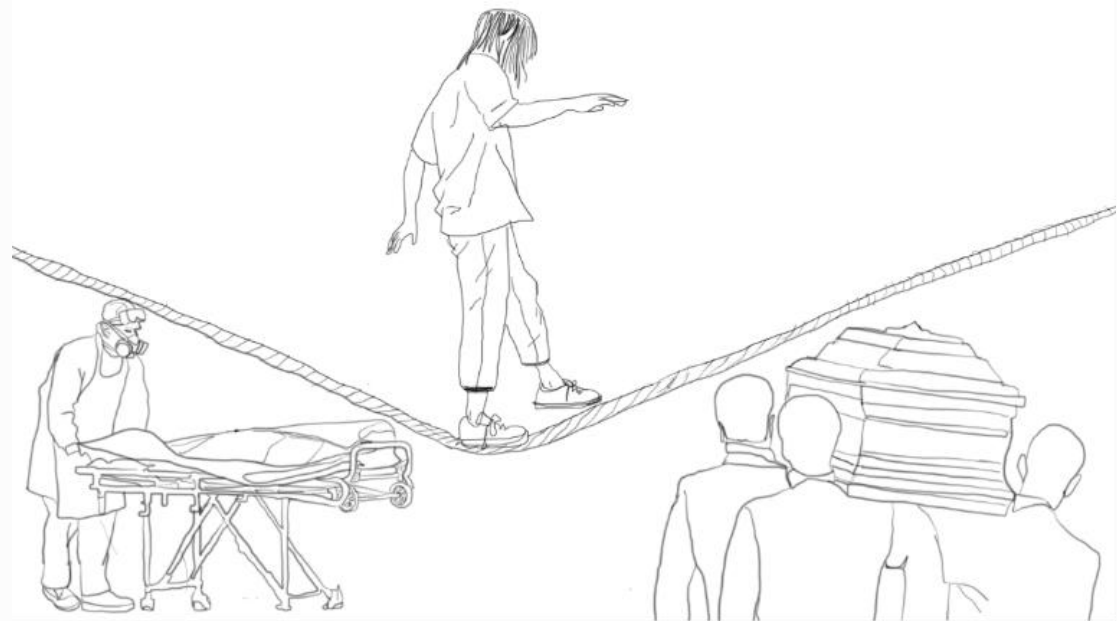
## Absence, décalage, impossibilité de rituel

- On se voit ainsi coupé de la possibilité d'honorer, de commémorer, de donner un sens à la perte ;
  - Et privé de la reconnaissance sociale de la perte.
- 
- **Pour qu'il soit réparateur, le rituel doit être porteur de sens (religieux ou non)**
    - Plutôt que de s'incarner dans le sens, les valeurs ou les croyances, le rituel « pandémique » est plutôt réglé en fonction des règles de santé publique et devient ainsi beaucoup moins efficace.



# Qu'en est-il du deuil pandémique?

- Un deuil qui a du mal à s'entamer
- Un deuil qui s'étire dans un entre-deux nébuleux
- Un deuil qui est banalisé et non reconnu



# Comment accompagner le deuil pandémique?



- **L'importance de la mise en récit et de la co-construction dans l'échange**
- **Le partage d'expériences comme espace thérapeutique pour :**
  - Reconnaître la perte et la douleur de celle-ci ;
  - S'unir et développer un récit partagé de l'histoire de perte qu'on pourra ainsi comprendre et intégrer.
- **Faire place aux modalités alternatives de représentations de la perte**
- **L'importance de la mise en place du « soin socioculturel »**



Centre de recherche et d'intervention  
sur le suicide, enjeux éthiques et  
pratiques de fin de vie



# À quoi prêter attention chez les personnes endeuillées?



## Facteurs de risques ou manifestations particulières:

- Émotions difficiles
- Dilemmes éthiques
- Cumulation des pertes
- Rapport de déni d'évitement face au deuil
- Isolement/présence de soutien
- Rapport aux commémorations
- Autres facteurs de risques...



Centre de recherche et d'intervention  
sur le suicide, enjeux éthiques et  
pratiques de fin de vie

# Quelques outils pour accompagner

- Bottin de ressources: <https://www.jaccompagne.ca/ressources>
- Site web: <https://www.jaccompagne.ca/>
- Email: [jaccompagnecovid19@gmail.com](mailto:jaccompagnecovid19@gmail.com)
- Facebook: <https://www.facebook.com/Jaccompagnecovid19>
- Communauté de pratique:  
<https://www.facebook.com/groups/402274767525365>



# Merci!

