L'accompagnement du deuil.

UCL, Samedi 4 février 2012

Catherine Diricq, psychologue
- SSM ulb-

Le deuil, définitions:

- **Dictionnaire:** « le deuil est une tristesse profonde causée par la mort de quelqu'un ».

- **Freud:** se réfère à la perte et non à la mort.

- **Beghoin:** « le deuil est un travail psychologique imposé par une perte ». Notion de processus.

Le deuil, définitions:

- **Klein:** décrit le sevrage comme première expérience de séparation.

- **Thomé:** « travail de transformation qui permet le désinvestissement de l'objet perdu ».

Le malade:

- Annonce diagnostic: moment d'anticipation des deuils à venir.
- Faire face aux pertes, atteinte majeure du narcissisme.
- Effets cumulatifs: perte du contrôle, perte de l'autonomie, perte de l'érotisation du corps.
- Deuil de l'espoir de guérison, deuil de la relation aux autres, deuil de son immortalité, deuil de soi-même.

Les mécanismes psychologiques courants:

- Le **déni**: refus de la réalité d'une perception négative.
- La **colère**: qui peut se retourner contre les soignants ou l'entourage.
- Le **marchandage**.
- La **tristesse**.
- L'**acceptation**: qui se différencie de la résignation.

L’entourage:

- Processus de renoncement, alors que l’autre est en vie.
- Période de sollicitations paradoxales entre présence maximale et désengagement.
- Le travail de deuil proprement dit ne débute qu’après le décès.
- C’est un processus normal, long et douloureux.

Mécanismes de deuil:

- Cf ceux décrits pour le malade:
  - Colère, déni, agressivité, repli…
- Troubles somatiques:
  - Sommeil, appétit, attention, mémoire…
- Plus grande fragilité aux agressions extérieures.
- Sentiment de culpabilité.

Mécanismes de deuil:

- Hyperfocalisation sur le défunt.
- Toutes les pensées sont axées sur le défunt.
- Progressif désinvestissement des liens avec l’absent.
- Restructuration.
- Redéfinition des rapports au défunt, au monde ext. Et à soi-même.

Facteurs influençant le travail de deuil:

- Âge du défunt.
- Nature de la mort: subite ou après une longue maladie, suicide, disparu..
- Position du mourant dans la famille: onde de choc signale la rupture de l'équilibre familial.
- Ouverture du système familial.

Quatre phases du deuil selon Bowlby:

- 1. **Engourdissement:** de qq jours à une semaine. Parfois entrecoupée par des explosions de rage ou de désespoir.
- 2. **Alanguissement:** le manque peut durer des années.
- 3. **Désorganisation,** désespoir.
- 4. **Réorganisation.**

Indicateurs de deuil compliqué:

- Absence de toute réaction au moment du décès.
- Identification à des traits ou symptômes du défunt.
- Cauchemars réitérés avec image du défunt.
- Idéalisation, dépendance au défunt.
- Perte de l’estime de soi, repli exagéré
- Aboulie, anorexie, neurasthénie….

Variables pouvant faire craindre un deuil compliqué:

- Faible estime de soi.
- Difficultés à exprimer les sentiments.
- Culpabilité excessive.
- Attachement fusionnel ou ambivalent.
- Isolement de l’endeuillé.
- Perte brutale, mort traumatique, corps non retrouvé, décès multiples…
- Mort d’un enfant.

Deuils pathologiques:

- Deuil inachevé,
- Deuil masqué,
- Deuil hystérique,
- Deuil obsessionnel.

Les soignants:

- Identification à une part du patient.
- Projection de leurs vécus de la maladie.
- Les patients les confrontent à la douleur, la souffrance, la dégradation.
- Difficultés à faire la part des émotions. personnelles et de ce qui appartient à l’autre.
- Risque de burn out.

« L'instant de conclure prend
sa véritable dimension humaine
par la présence de ces
sages hommes ou sages femmes.
Ce sont les derniers veilleurs,
les derniers phares d'humanité
pour les bateaux qui s'éloignent... »

D.Deschamps

Mécanisme de défense des soignants:

- La fuite,
- La rationalisation,
- La projection,
- L’acting out,
- La banalisation,
- ….

Modèle de Randon: 6 enjeux

- Reconnaître la perte.
- Réagir à la séparation.
- Revivre la relation avec le défunt.
- Renoncer aux liens passés.
- Evoluer vers un nouvel univers.
- Investir de nouveaux projets ou rôles

Mourir est comme naître,
l'acte le plus solitaire et
le plus solidaire que puisse vivre
un être humain.