

L'accompagnement du deuil

Comment, par qui et à quel moment ?

Outil clinique à destination des professionnels
et bénévoles d'accompagnement

Que dire aux proches avant le décès ?

Le temps précédant le décès a une influence sur le deuil. Il est essentiel d'y porter une attention particulière afin d'en faciliter le processus.

- Il est important de « préparer » les proches au décès à venir en évoquant l'évolution défavorable de la situation au cours d'un entretien dédié. Il est nécessaire de les prévenir de toute aggravation de l'état de santé afin de leur permettre d'être présents s'ils le souhaitent (attention de s'assurer d'avoir toutes les coordonnées).
- Une personne de l'équipe soignante si possible volontaire peut se charger d'être plus particulièrement disponible pour ces proches : les accompagner dans la chambre, être à l'écoute, rassurer et informer régulièrement. Elle s'assure du confort matériel (chaises, espace calme, intime et accueillant...).
- Certaines questions pratiques autour du décès à venir peuvent être abordées avec les proches à leur demande et en dehors de la chambre. Les proches auront ainsi ce temps pour évoquer ces questions. Pour certaines personnes il est rassurant d'anticiper les démarches, pour d'autres cela se passe autrement.
- Par exemple, il s'agit de participer ou non à la toilette mortuaire, d'effectuer le choix des vêtements, de réfléchir aux obsèques, aux rites culturels ou religieux, et à l'éventuel retour à domicile avec transport sans mise en bière.

Que dire aux proches juste après le décès ?

Au moment du décès, il est nécessaire de confirmer aux proches que la personne vient de mourir, en utilisant des mots simples et clairs. L'entourage est informé qu'il pourra rendre un dernier adieu à la personne décédée avant que le corps ne quitte le service.

Si l'annonce doit être faite par téléphone, il est important de s'assurer de la disponibilité du proche avant. Par exemple s'il est au volant lui demander de rappeler le service quand il sera disponible. Éviter autant que possible d'annoncer le décès par messagerie vocale. Si le décès a lieu pendant la nuit, préciser la non urgence de son arrivée pour éviter la prise de risques.

- Les proches vont avoir besoin de temps pour « digérer » ce départ, besoin de se soutenir mutuellement. Toute expression du chagrin est normale, d'une façon plus ou moins discrète : laisser les proches exprimer leurs émotions, aussi longtemps que nécessaire dans les capacités d'accueil du service.
- Une personne de l'équipe soignante si possible volontaire se rend disponible, elle leur propose de rester à leurs côtés, ou de les laisser seuls, selon leur désir ; elle les assure de sa présence discrète, bienveillante et soutenante.
- Leur permettre de trouver un rituel qui fait du bien : allumer une bougie électrique, écouter de la musique, lire un texte, raconter des souvenirs ... C'est le début du cheminement du deuil.

Que dire aux proches juste après le décès ?

- Les proches peuvent être en questionnement : qu'est ce qui va se passer ? Que devons-nous faire ? Donner des informations sur les soins post-mortem et explorer avec eux toutes les possibilités (par exemple un retour à domicile du défunt pour faire la veillée, le transfert du défunt à la chambre mortuaire, au salon funéraire...)
- Encourager les proches à s'impliquer à leur façon selon leurs besoins dans tout ce qui va arriver à partir de maintenant. Certains parmi les membres de la famille présents, souhaiteraient peut-être assister ou participer à la toilette mortuaire, ou à l'habillage : à proposer avec tact. Voir avec eux quels sont leurs souhaits quant à l'habillage.
- Si personne ne souhaite être présent lors de la toilette, solliciter leur participation pour mettre une touche finale : une cravate, un foulard..., voire la position de la personne décédée, selon l'appartenance culturelle ou religieuse. Dans toutes les situations respecter leur choix.
- Clarifier avec les proches s'il y a des personnes à contacter rapidement, pour leur permettre de dire au revoir à la personne décédée.
- Pour information à compter de l'heure de décès, selon les textes réglementaires, le délai imparti de présentation du défunt est de maximum 10 heures selon les conditions (chambre individuelle, chaleur...).
- Après la toilette, la famille aura encore besoin de temps pour rester dans l'intimité auprès de la personne décédée. Les membres de l'entourage vont garder de cet instant une image qui va rester. D'où l'importance accordée aux détails dans la présentation de la personne décédée.
- Leur laisser du temps pour ce dernier adieu.
- Leur transmettre les informations quant aux démarches futures à effectuer¹ et les horaires d'ouverture de l'espace mortuaire.

Où orienter les proches ?

Psychologue du service ou de l'équipe de soins palliatifs. Selon les possibilités il pourra y avoir adressage vers des psychologues libéraux sensibilisés à la question du deuil.

Associations d'accompagnement

Qu'est-ce que les associations d'accompagnement ?

- En France, plusieurs associations proposent un soutien à des personnes en deuil, à leur demande, quand le besoin s'en fait sentir. Pour les trouver, voir le site de la SFAP², annuaire national des structures de soins palliatifs et des associations de bénévoles d'accompagnement.

¹ Fiche repère n°3 sur les démarches administratives après un décès ; <https://www.sfap.org/referentiels-aide-a-la-pratique/outils-daide-a-la-pratique/sciences-humaines-sociales/>

² <https://sfap.org/annuaire>

Qu'est-ce que les associations d'accompagnement ?

Des bénévoles formés à l'accompagnement au deuil offrent une écoute empathique et respectueuse à toute personne – adulte, adolescent, enfant - éprouvée par la perte d'un proche. Ce soutien peut avoir lieu par

- Écoute téléphonique ou dialogue en ligne (tchat)
- Rencontre individuelle
- Participation à un groupe d'entraide

L'accompagnement de chaque personne est individuel et confidentiel.

Il se réalise dans un climat de respect de ses émotions, de son cheminement, de ses convictions, de sa liberté.

Références bibliographiques

- Référentiel des pratiques des psychologues en soins palliatifs : <https://www.sfap.org/system/files/referentiel-psychologues-fr-def.pdf>
- Annexe 5 de la circulaire n°DHOS/O2/2008/99 du 25 mars 2008 : Définition, missions et obligations du bénévolat d'accompagnement en matière de soins palliatifs.
- Annexe 9 de la Stratégie décennale 2024-2034 : Rôle des bénévoles d'accompagnement en soins palliatifs. https://sante.gouv.fr/IMG/pdf/2023_76.pdf
- Décret 2000-104 du 16 octobre 2000 relatif à la convention type aux conditions d'interventions des bénévoles accompagnant les personnes en soins palliatifs dans les établissements de santé et les établissements sociaux et médico-sociaux. <https://www.legifrance.gouv.fr/loda/id/JORFTEXT0000000767830>

Cet outil a été réalisé par le groupe de travail « deuil » :

Flavie Corvoisier (assistante sociale), Sophie Gidrol (infirmière), Marie Rose Jehl (bénévole d'accompagnement), Pierre Moyret (pastorale des funérailles), Lucile Rolland-Piègue (psychologue) et Elodie Sales (psychologue).