

LE PHARE CLINIQUE

Pour un CISSS de la Montérégie-Ouest bien éclairé sur les
meilleures pratiques et les découvertes en santé et services sociaux

Novembre 2019

**Préparé par l'équipe Innovation et développement des outils cliniques de la
Direction des services multidisciplinaires, de la recherche et l'enseignement universitaire**

Capsule professionnelle Deuil périnatal

Savez-vous que le deuil périnatal est souvent banalisé et non reconnu comme la perte d'un être cher, et que le malaise de l'entourage alourdit l'expérience des parents endeuillés?

Sauriez-vous quelles attitudes adopter si un parent, un ami ou un collègue de travail perdait son bébé en cours de grossesse?

Attitudes à privilégier

- ▶ Offrir ses condoléances aux parents, des fleurs, une carte.
- ▶ Reconnaître le passage de leur bébé dans leur vie, demander de voir les photos et les souvenirs de leur bébé.
- ▶ Écouter activement sans jugement ni conseils, leur donner l'espace pour déposer leur peine, raconter, pleurer et se souvenir. Tolérer les silences et les pleurs.
- ▶ Ne pas changer de sujet de conversation lorsque le parent vous en parle.
- ▶ Nommer le prénom du bébé dans vos conversations.
- ▶ Avoir des attentions spéciales lors de dates significatives/difficiles.
- ▶ Utiliser des phrases bienveillantes comme :
 - « Je suis désolée, je ne sais pas quoi te dire » !
 - « Qu'est-ce que tu trouves le plus difficile présentement » ?
 - « Est-ce que je peux faire quelque chose pour t'aider » ?
- ▶ Manifester votre soutien par votre présence, une main sur l'épaule ou un câlin...
- ▶ Offrir de l'aide concrète (repas, gardiennage, promenade du chien, aide aux démarches administratives).
- ▶ Renouveler son soutien régulièrement par un coup de téléphone, un texto, un courriel.



Attitudes à éviter

- ▶ Faire comme si rien n'était arrivé.
- ▶ Éviter les parents endeuillés.
- ▶ Utiliser des phrases qui minimisent la perte comme :
 - « C'est mieux d'même, il aurait été handicapé ».
 - « Ça fait deux semaines que c'est arrivé, reviens-en » !
 - « Je sais ce que tu vis, j'ai perdu mon chien l'année passée ».
 - « C'était juste un fœtus, tu n'as pas eu le temps de le connaître ».
 - « T'es jeune, tu en auras un autre ».

Manon Cyr, infirmière clinicienne.

Référence : livre « Dans ces moments-là » de Hélène Gérin, 2019 www.danscesmomentsla.com

Pour nous écrire : phare.clinique.cisssmo16@ssss.gouv.qc.ca