

# REVUE DES SOINS PALLIATIFS ET SOINS DE FIN DE VIE

## PRINTEMPS 2026 | 1ÈRE ÉDITION



Réalisée par:  
Volet clinique | DSAPA

### Mission de la revue

Soutenir les intervenants de l'établissement en partageant des informations utiles sur les soins palliatifs et les soins de fin de vie.

### Sujet présenté:

La réalité du deuil chez le personnel en hébergement

Une édition dédiée à l'hébergement — bientôt élargie à toutes les missions de la direction.

### Quoi de neuf en SPSFV?

Mise à jour de ces documents dans le dossier interdisciplinaire de l'Espace employés. Il suffit de cliquer sur les liens pour les découvrir :

- Où trouver les réponses en SPSFV
- Guide décisionnel des lieux où sont dispensés les SPSFV

# LA RÉALITÉ DU DEUIL CHEZ LE PERSONNEL EN HÉBERGEMENT



**Rédigé par :  
Volet clinique |  
DSAPA**

Cet article a pour objectifs de présenter la réalité du deuil vécue par le personnel en milieu d'hébergement afin de normaliser cette expérience, d'expliquer les facteurs et les impacts ainsi que d'offrir des pistes et des ressources de soutien pour mieux le traverser.

## **Pourquoi parler du deuil que vivent les intervenants en hébergement?**

Travailler en hébergement, c'est créer des liens significatifs avec les résidents. Cependant, le personnel doit composer avec la peine et le deuil lors de leur décès. Selon le MSSS, les personnes restent en hébergement en moyenne deux ans, ce qui laisse le temps de créer des liens étroits. Toutefois, être présent sur le plan émotionnel tout en faisant face aux pertes vécues représente un défi pour les intervenants.

Des études montrent que le personnel en contact direct avec les résidents, comme les préposés au bénéficiaire, développe plus fréquemment des liens étroits avec les résidents. Cette proximité relationnelle augmente la probabilité de ressentir les effets du deuil et de la perte au moment du décès des résidents.

## **Les facteurs qui influencent la manière dont un intervenant vit son deuil :**

- Les circonstances du décès ;
- La relation entretenue avec le résident ;
- Ses valeurs personnelles et ses croyances ;
- Le soutien dont l'intervenant dispose de la part de son réseau ;
- Les deuils vécus dans son passé ;
- Sa façon de réagir à la détresse ;
- Ce qui se passe dans sa vie personnelle et professionnelle.

## **Le deuil cumulatif**

Les milieux d'hébergement représentent le dernier milieu de vie du résident. Il est estimé qu'environ 1 résident sur 5 y décède chaque année. Cette proportion est appelée à augmenter.

Ce contexte peut mener à un type de deuil particulier, soit le deuil cumulatif. Il se produit lorsque plusieurs décès surviennent en peu de temps et que les pertes s'accumulent. Sans suffisamment de temps pour vivre son deuil entre deux décès, on peut alors se sentir dépassé et profondément affecté.

## Les impacts du deuil

Le deuil peut se manifester de différentes façons :

- Corps : maux de tête, maux de ventre, difficultés de sommeil, perte d'appétit, etc. ;
- Émotions : émotions intenses, contradictoires ou changeantes, ou sentiment de solitude ;
- Pensées : difficulté de concentration ou oublis ;
- Comportements : repli sur soi ou abandon d'activités appréciées ;
- Croyances : confiance en l'avenir fragilisée, changements dans ses croyances.

Bien que ces réactions puissent être déstabilisantes, elles font partie du cheminement du deuil.

## Pistes pour traverser son deuil

- Être conscient que son rôle d'intervenant n'exempte pas de vivre des deuils ;
- Se permettre de vivre ses émotions et avoir la même considération pour ses collègues ;
- Se confier à une personne de confiance (ex. : un(e) collègue, ASI, coordo, etc.) ;
- Partager ses souvenirs du résident avec ses collègues ;
- S'accorder un moment de recueillement, seul ou en équipe (Ex. : *allumer une chandelle, faire un sapin avec les noms des résidents, etc.*) ;
- Ne pas hésiter à demander de l'aide au besoin. Vous n'êtes pas seuls.

## Vivre son deuil à sa manière

Le deuil se vit différemment d'une personne à l'autre. Il n'existe pas de bonne ou de mauvaise façon de faire. Certains auront besoin d'en parler, alors que d'autres vivront leur deuil plus intérieurement. Le parcours est souvent parsemé de hauts et de bas. Il est important de respecter son propre rythme et celui des autres.

## Prendre soin de soi pour mieux prendre soin des autres

Prendre soin de soi est essentiel pour pouvoir continuer à prendre soin des autres. Cela commence par reconnaître ses besoins, se traiter avec compassion et se questionner : de quoi ai-je besoin en ce moment ? Comment puis-je prendre soin de moi ?

Trouver un équilibre entre vivre sa perte et faire une pause dans son deuil peut passer par une activité apaisante favorisant le bien-être. Par exemple, reprendre une activité aimée, essayer un nouveau passe-temps, faire une sortie au restaurant ou au cinéma, lire un bon livre, suivre un cours, faire du bénévolat pour une cause qui vous tient à cœur, etc. L'essentiel est de trouver ce qui fonctionne pour soi.

«On ne guérit d'une souffrance qu'à condition de l'éprouver pleinement.» - Marcel Proust

## Ressources d'aide disponibles pour les employés



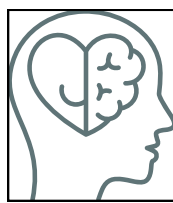
**Programme d'aide  
aux employés et à  
la famille (PAEF)**



1 855-612-2998



[login.lifeworks.com](https://login.lifeworks.com)



**Équipe de soutien  
des Premiers soins  
psycho (Veilleurs)**



[veilleurs.ciuusscn@ssss.gouv.qc.ca](mailto:veilleurs.ciuusscn@ssss.gouv.qc.ca)



**Boîte à outils  
sur les risques  
psychosociaux**



Espace Employés :  
Expérience employée →  
Santé psychologique → Boîte  
à outils sur les risques  
psychosociaux

### Références:

- Alphonso, L. (2023, 22 décembre). Prendre soin de soi pour prendre soin des autres. Association des infirmières et infirmiers du Canada. <https://www.infirmiere-canadienne.com/blogs/ic-contenu/2023/12/22/prendre-soin-soi-prendre-soin-autres>
- Marcella, J., & Kelley, M. L. (2015). "Death is part of the job" in long-term care homes: Supporting direct care staff with their grief and bereavement. SAGE Open, 5(1), 1-15. <https://doi.org/10.1177/2158244015573912>
- MSSS. (2022). Plan d'action pour l'hébergement de longue durée 2022-2026 : Pour le mieux-être des personnes hébergées. Gouvernement du Québec. <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2022/22-814-01F.pdf>
- Portail palliatif canadien. (s.d.). Module 1 - Deuil des soignants: Chapitre 1 : Une introduction au deuil. Centre d'apprentissage du Portail palliatif canadien. <https://apprendre.portailpalliatif.ca/mod/lesson/view.php?id=1031&pageid=2470>
- Portail palliatif canadien. (s.d.). Module 1 - Deuil des soignants: Chapitre 2 : Particularités du deuil des soignants. Centre d'apprentissage du Portail palliatif canadien. <https://apprendre.portailpalliatif.ca/mod/lesson/view.php?id=1032>
- Portail palliatif canadien. (s.d.). Module 7 - Prendre soin de soi-même : Chapitre 1. MonDeuil.ca. <https://mondeuil.ca/mod/lesson/view.php?id=850&pageid=2088>
- Randa-Beaulieu, C. (2023). Grief and bereavement support for staff in long-term care homes: A scoping review (Mémoire de maîtrise, Simon Fraser University). Summit Research Repository. <https://summit.sfu.ca/item/36634>
- Vis, J.-A., Ramsbottom, K., Marcella, J. et al. (2016). Developing and implementing peer-led intervention to support staff in long-term care homes manage grief. SAGE Open, 6(3), 1-10. <https://doi.org/10.1177/2158244016665888>

**Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale**

**Québec**

