



Groupes de soutien face au
deuil avec des personnes ayant
une déficience intellectuelle

Nos débuts

par Jane Powell
L'Arche Toronto | 2013

Ce document et les deux autres qui l'accompagnent (*le Manuel pour groupes de soutien face au deuil* et *le Journal de mon groupe de soutien face au deuil*), sont disponibles sur le site web de L'Arche Canada (www.larche.ca) au lien *Déficiences et vieillissement: [www.deficience-et-vieillissement.org/groupe de soutien face au deuil](http://www.deficience-et-vieillissement.org/groupe_de_soutien_face_au_deuil)*. *Le Manuel pour groupes de soutien face au deuil* établit des principes de base et des suggestions afin d'aider au démarrage d'un groupe, et donne des objectifs hebdomadaires, ainsi qu'un plan détaillé et des feuilles de travail pour chaque rencontre. Ce manuel intègre ce que nous avons appris du groupe initial et des groupes subséquents.

L'Arche Canada fait partie de la fédération internationale de L'Arche. Dans les communautés de L'Arche, les personnes ayant ou non une déficience intellectuelle partagent leur vie ensemble dans des foyers, ou dans des programmes de jour créatifs.

Veuillez prendre note que, dans cette ressource, le masculin englobe le féminin à seule fin d'alléger le texte et d'en faciliter la lecture.

Remerciements

Merci aux membres des groupes de soutien face au deuil de L'Arche Toronto et à mes collègues – Lydia Banducci, April MacConnell, Mary Jane Kelley, et John Guido. Merci à Diane Marshall, M.Ed., RMFT pour la lecture de notre documentation sur les groupes de soutien face au deuil. Merci à Greg Lannan, pour nous avoir permis d'utiliser ses oeuvres d'art. Merci à Beth Porter pour la rédaction, à Danielle Parenteau, Gaston Lebreux, Laurence Herin et Cathy Dansereau pour la traduction française, et à Christine Higdon pour la conception graphique. — *Jane Powell*

Jane Powell peut être contactée au numéro de téléphone suivant : L'Arche Toronto (416-406-2869) ou par courriel à : grief.support@larche.ca



Photo de Greg Lannan
par Marion de Couto

Un mot concernant l'illustration en page couverture

“Les nuages et la pluie sont un symbole de la tristesse dans ton cœur.

Le soleil représente la lumière de Dieu et le choix d'être ouvert à de nouvelles choses, autant qu'à être triste.

Le cœur nous rappelle que nous sommes aimés et à l'écoute.

L'arbre peut être un signe de protection, de temps passé ensemble et de pardon.

La fleur nous invite à être lumière et amour pour les autres et nous rappelle qu'on ne peut y arriver seul.”

Greg Lannan est membre de L'Arche Toronto

Groupes de soutien face au deuil avec des personnes ayant une déficience intellectuelle

Nos débuts

Information sur le début du *Manuel pour groupes de soutien face au deuil* et le *Journal de mon groupe de soutien face au deuil*

par Jane Powell

Contenu

Introduction: Le besoin.....	4
Un groupe de base de soutien face au deuil, de 7 semaines.....	5
Groupe de soutien mensuel continu.....	5
Un deuxième groupe de soutien face au deuil.....	6
Importance des rituels.....	6
Ressources.....	6



Introduction: Le besoin

À cause de leur handicap intellectuel, on a souvent refusé aux personnes ayant une déficience intellectuelle, le droit de vivre leurs deuils. Des personnes bien intentionnées disaient : “Il ne comprend pas!” ou, “Ne lui dites pas, cela va trop la bouleverser. ” De cette façon, on les a privées de leurs droits fondamentaux.

—*Toinette Parisio, responsable de communauté, L’Arche London*

Après une perte significative, le processus de deuil peut offrir une possibilité de croissance et d’intégration d’une partie importante de nos vies, qui ne devrait pas être perdue. Ceci est vrai, autant pour une personne ayant une déficience intellectuelle, que pour une personne dite “normale”. Ce document décrit le travail des groupes de soutien face au deuil, de L’Arche Toronto et offre des suggestions sur la façon d’animer ces groupes.

Nos limites

A ce jour, notre expérience s’est vécue avec des groupes de personnes qui ont une certaine capacité de s’exprimer verbalement. Nous aurions besoin d’acquérir une plus grande expertise d’animation d’un groupe qui n’utiliserait pas la parole. Par contre, il existe des ressources disponibles, particulièrement les livres de Sheila Hollins et al mentionnés dans la section Ressources sur notre site web et dans *Le Manuel*, qui peuvent être utilisés aussi avec un tel groupe.

Notre préparation

Avant d’entreprendre ce travail, une de nos co-animatrices a participé à une session de formation de 10 semaines, sur l’animation de groupes de soutien face au deuil, dans un hospice local. Elle avait déjà un certificat sur « Perte et Deuil » du King’s College, Western University, London, Ontario.

Un groupe de base de soutien face au deuil, de 7 semaines

Notre premier groupe

Il y a quelques années, nous avons décidé, sur la base de ce que nous avons appris et sur notre impression des besoins de L'Arche Toronto, de former un groupe de base de soutien face au deuil. Ce groupe a réuni 5–6 personnes ayant une déficience intellectuelle et 2 co-animateurs durant 7 semaines. Nous avons décidé d'inviter des personnes qui avaient certaines capacités verbales même limitées. Nous avons demandé que chaque membre du groupe s'engage à être présent pour la durée des 7 semaines.

Les membres du premier groupe ont tous trouvé l'expérience utile à des degrés divers. Quelques-uns n'avaient jamais eu la possibilité de parler de leur sentiment de perte. Certains avaient des questions qu'ils n'avaient pu poser. D'autres avaient depuis longtemps des notions erronées et confuses. Le fait d'avoir un groupe stable (nous n'acceptons pas de nouveaux membres après le début des rencontres) et de se rencontrer régulièrement a favorisé au fil des semaines, le développement de plus de confiance et d'intimité.

Groupe de soutien mensuel continu

Après notre premier groupe, nous avons mis sur pied un autre groupe qui se réunit une fois par mois, depuis quatre ans. Le but initial de ce groupe était de préparer les participants à la mort d'un parent. Le groupe était une réponse à certains membres de la communauté de L'Arche qui exprimaient de l'anxiété vis-à-vis la mort, particulièrement alors qu'ils voyaient leurs parents vieillir. Plus tard, deux personnes de notre premier groupe de base de 7 semaines ont demandé à se joindre à ce groupe. Le nombre de participants est demeuré entre 6 et 9 personnes. Le partage est profond. Les membres peuvent apporter une prière ou un autre objet à partager.

Assumer la responsabilité: Les membres proposent plusieurs sujets qu'ils veulent approfondir. Ils ont décidé de commencer chaque rencontre par un partage individuel, suivi de 15 minutes sur un sujet déterminé. L'information demeure simple et la contribution peut inclure une activité animée par un des membres. À la fin de la rencontre, le groupe décide ensemble quel sera le prochain sujet. Les rencontres se terminent par une prière et l'engagement de penser à chacun durant le mois suivant. Tous les 6 mois, les membres du groupe évaluent leur satisfaction par rapport au groupe.

Les sujets incluent:

- Techniques de relaxation et de réduction du stress
- Comment nos forces et nos dons peuvent nous aider à vivre l'expérience d'une perte
- Comment la mort et la perte peuvent changer notre relation avec Dieu
- Comment croissance personnelle et nouvelle vie peuvent naître d'une perte
- Vivre le Temps des Fêtes, ex : Noël, peut être bien différent, à la suite d'une perte

Le groupe discute de la façon dont ce qui a été appris, peut être appliqué à d'autres expériences de perte, par exemple:

- Vieillesse et changements dans notre corps
- Roulement des personnes de soutien
- Démence chez des personnes avec qui on vit
- Perte d'emploi, retraite et déménagement

Un deuxième groupe de soutien face au deuil

Récemment, nous avons formé un deuxième groupe de base de 7 semaines. Ce groupe incluait deux assistants qui vivaient un deuil. Le partage dans ce groupe intégré fut très enrichissant. Nous étions tous bien conscients de notre compassion et de notre soutien mutuels.

En même temps, nous reconnaissons qu'un groupe de soutien face au deuil avec une telle intégration peut apporter une certaine perte, pour des personnes ayant une déficience intellectuelle. Alors que la présence d'assistants qui vivaient un deuil pouvait apporter un sentiment de sécurité, il y avait moins d'opportunités pour que la voix des personnes ayant une déficience intellectuelle soit entendue et que ces personnes puissent se soutenir mutuellement, de cette façon unique qui ne peut survenir que dans un groupe non-intégré.

Importance des rituels

Les rituels peuvent être des coutumes internes au groupe ou encore, des rituels publics (veillée funèbre, funérailles). Habituellement, chacun peut être impliqué dans le rituel. Les rituels peuvent être de façon symbolique, l'expression d'expériences, d'émotions et favoriser la lucidité. Il est devenu plus facile pour les participants de soutenir leurs amis pendant les rituels publics. Chaque personne sait qu'elle peut compter sur la présence des autres, quand elle vit une perte. Après qu'un membre ait perdu une personne aimée, les membres du groupe se rencontrent avec lui et font une activité (ex. planter un rosier à la mémoire de la personne aimée).

Ressources

Le site web de L'Arche Canada (www.deficience-et-veillessement.org/) fournit une section intitulée "Vivre le deuil." La section du site web "Ressources et liens" inclut des ressources reliées au deuil.