

CONSEIL EN DEUIL

Type de deuil

Deuil anticipé, normal, compliqué, traumatique, caché, culturel, périnatal, chronique, ambiguë, collectif

Exercice 1

Types de pertes:

Exercice 2

Favoriser l'empathie.

Notes:

Exercice 3

Explorer les rituels.

Notes:



Rencontre avec le client

Étape 1: Créer un climat de sécurité et de confiance.

Notes:

Étape 2: Évaluer les risques

Notes:

Étape 3: Explorer la culture et la spiritualité

Notes:

Étape 4: Ressources:

Office notaries des services funéraires et des cimetières.

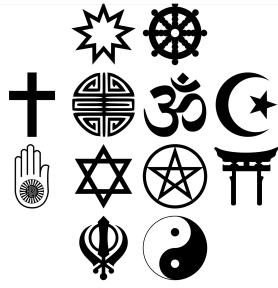
Organisme de soutien aux aidants naturels de l'Ontario.

Association canadienne pour la santé mentale. Programme de services aux personnes en deuil.

CHEO Accompagnement psychologiques au deuil.

Institut de cardiologie de l'université d'Ottawa.

Alliance canadienne pour le deuil.



Type de pertes

Divorce / Séparation

Perte d'emploi / Retraite

Immigration / Déménagement

Nid vide

Vieillesse / Diagnostic médical / Perte d'autonomie

Perte d'un proche / d'un animal de compagnie

Perte financière

Perte de confiance

Pandémie / Catastrophes naturelles

Subheading

Stratégies d'adaptation

Techniques individuelles: Art, pleine conscience.

Rituels contemporains: écrire dans un journal, une lettre.

Soutien social: groupes de deuil, famille, communauté.

Exprimer des émotions par parler, écrire, danser, chanter, dessiner

Hygiène de vie: sommeil. Alimentation, activités physiques

Stratégies multiculturelles

Rituels thérapeutiques: funérailles, veillées, cérémonies commémoratives.

Visite d'une place religieuse.

Célébration de vie.

Trouver le sens dans la transition de vie (projet du futur).

Tableau visuel, collage.

Stratégies de soins de soi

Sommeil, hydratation, exercices physiques, hygiène personnelle, support social, gratitude, méditation, pleine conscience, arts: danse, musique, dessins, passe-temps, établir des limites (dire Non), environnement harmonieux, créer des objectifs, lire des livres, regarder vos films préférées etc.

Similarités entre stratégies d'adaptation et de soin de soi

Notes: