

## **Textes produits par les commissions nationales de la fédération JALMALV**

**Texte modifié par la Commission Nationale Deuil  
lu et adopté lors du CA du 28 février 2015**

# **ACCOMPAGNEMENT DU DEUIL ET FORMATION**

## **Préambule**

Dès sa création, JALMALV s'est constituée pour faire une place à la mort dans notre société. Notre Fédération milite pour que la mort fasse partie de la vie et ne soit plus un tabou.

Pour cela plusieurs actions ont été mises en place :

- l'aspect sociétal « oser parler de la mort »
- vivre la maladie par l'accompagnement de la fin de vie et l'accompagnement des proches
- continuer à vivre après la mort d'un proche.

L'accompagnement du deuil fait partie intégrante de notre mission.

La commission deuil de la fédération a travaillé et mis à jour un schéma d'accompagnement du deuil.

Un cycle de 3 modules de formation est à disposition des associations.

## **Définition**

Le deuil est douleur (si on se réfère à la racine latine : dolere qui veut dire souffrir).

Le deuil n'est pas une maladie. C'est un traumatisme, une crise profonde au cours de l'existence.

C'est une expérience unique et universelle à la fois. Chacun la vit à sa façon, selon son histoire de vie.

Nul n'y échappe. C'est un processus normal se déclenchant après toute perte.

Le deuil demande de l'aide : familiale, relationnelle, professionnelle (en cas de complication), associative.

Accompagner le deuil, c'est accompagner la vie, c'est réapprendre à vivre

## **Positionnement de la fédération**

Tout bénévole JALMALV doit pouvoir entendre une personne en deuil, à tout moment (au téléphone, à la permanence, dans tout son accompagnement) sans être déstabilisé. C'est une expression de solidarité, « c'est la société qui prend soin des siens ».

Bien que la formation au deuil fasse partie de la formation initiale, les bénévoles qui le souhaitent peuvent approfondir cette notion en participant au module 1 de la Fédération. Ils doivent acquérir une compétence qui n'est pas celle d'un professionnel et passent le relais aux professionnels quand l'écoute sort des limites de leur compétence.

Les professionnels qui intègrent JALMALV mettent leur compétence gratuitement au service de l'association.



## Que peut-on proposer pour l'accompagnement des adultes en deuil dans les associations ?

### La participation à un groupe d'entraide

La spécificité de JALMALV s'exprime dans les groupes d'entraide pour les personnes en deuil où les participants s'accompagnent mutuellement.

Pour les groupes d'enfants et d'adolescents en deuil une formation spécifique est nécessaire.

C'est un groupe de personnes en deuil qui viennent se rencontrer pour mettre en commun leur vécu de deuil, récent ou ancien, et légitimer ce qu'elles vivent pour s'entraider et sortir de leur isolement. C'est un groupe qui fonctionne à partir du vécu de chacun, en écho-résonance.

Les bénévoles qui co-animent doivent être formés spécifiquement pour ces groupes d'entraide et avoir suivi la formation module 1 puis 2 de la fédération. Leur rôle est de garantir la sécurité du groupe, de faire respecter les règles et le cadre et de faire circuler la parole.

Avant d'entrer dans un groupe la personne en deuil doit avoir un entretien avec les animateurs.

### Définition du groupe

**Groupe fermé :** ce sont les mêmes personnes qui commencent et qui terminent ensemble, sans en intégrer d'autres. Elles s'engagent à suivre le groupe pour le nombre de séances prévues.

**Groupe ouvert :** toute personne ne peut entrer et sortir en respectant les règles du groupe

**Groupe évolutif :** groupe ouvert au départ qui se ferme par la suite.

**Groupe spécifique :** il est destiné à ceux qui ont vécu un même deuil (mort d'un enfant, suicide...), JALMALV n'organise pas de groupe spécifique, uniquement des rencontres regroupant des deuils multiples.

### Groupe restreint

Devant la difficulté à constituer un groupe, JALMALV a étudié la possibilité de démarrer un « espace rencontre deuil » à partir de 3 ou 4 personnes et qui peut évoluer au fil des rencontres.

**Fonctionnement :** par des animateurs bénévoles formés. Co-animation signifie deux animateurs qui animent ensemble et souhaitent fonctionner ensemble. Les co-animateurs, même s'ils sont professionnels, le font bénévolement à JALMALV

Bien déterminer le cadre de fonctionnement de ces groupes au départ et le respecter.

**Durée :** 2 heures par séance maximum, une séance par mois

**Remarque :** pour faciliter le démarrage d'un groupe, il est recommandé de fixer une date de début ce qui crée comme « un appel d'air ».



## Groupes de parole spécifiques aux animateurs deuil

Les groupes sont incontournables et nécessaires deux à trois fois par an.

Ils sont spécifiques au deuil et sont différents des groupes de parole pour les bénévoles accompagnants auprès des malades. Ils sont animés par un psychologue extérieur, formé à la dynamique du deuil et rémunéré par l'association. On peut envisager un regroupement par Entente ou par région.

## Un accompagnement individuel

Il peut être proposé en attente du démarrage d'un groupe ou si la personne en deuil ne souhaite pas participer au groupe.

Mais les bénévoles JALMALV ne sont pas des thérapeutes, un cadre strict est nécessaire :

- 1- Les rencontres ont lieu au local de l'association (lieu neutre), pas au domicile de la personne, ni au domicile du bénévole.
- 2- Limiter la durée des entretiens à 1h.
- 3- Limiter le nombre d'entretiens (3 ou 4 au maximum) et l'annoncer dès le début de l'accompagnement.
- 4- L'initiative des prochains rendez-vous est laissée à la personne en deuil.
- 5- Les deuils compliqués et pathologiques ne sont pas de notre ressort ; dès qu'un bénévole découvre une telle situation il doit demander à la personne en deuil de s'adresser à des professionnels.
- 6- Un bénévole ne doit jamais donner ses coordonnées personnelles à la personne en deuil et passer par l'association ; plusieurs solutions : opter pour un téléphone spécifique deuil ou masquer son numéro.

## Formation nécessaire pour les bénévoles accompagnants le deuil

Ces formations sont organisées par la Fédération pour garder l'esprit JALMALV dans l'accompagnement du deuil, dans toutes les associations JALMALV. Nous serons cependant amenés à côtoyer d'autres associations d'écoute du deuil, ce qui est enrichissant et souhaitable.

### 1<sup>er</sup> module : formation initiale à l'écoute des personnes en deuil (BO1)

En deux jours, elle peut avoir lieu à Paris ou être décentralisée en région. Pour participer à cette formation les bénévoles doivent avoir suivi la formation initiale des futurs bénévoles JALMALV

Cette formation est aussi un excellent complément à la formation des bénévoles accompagnants les personnes en fin de vie.



### Objectifs :

Homogénéiser et approfondir les connaissances des bénévoles sur le deuil pour leur permettre d'accueillir et de soutenir individuellement des personnes en deuil dans le cadre de leur association et/ou les préparer à suivre le module 2 de préparation à la co-animation de groupes d'entraide.

### Contenu :

- Le processus de deuil dit « normal »
- Le pré-deuil, le deuil anticipé
- Les deuils compliqués
- Les deuils pathologiques-comment les repérer ?
- Où en suis-je, moi, dans mes propres deuils ?

### Méthode :

- Apports théoriques (supports vidéo)
- Echanges en groupe
- Jeux de rôle

## 2<sup>ème</sup> module : Préparation à la co-animation de groupes de personnes en deuil (BO2)

En trois jours : objectif concentré sur la mise en place d'un groupe de personnes en deuil.

### Méthode :

Apports théoriques, réflexion et échanges en grand groupe, exercices de simulation d'animation où les participants ont l'occasion de travailler à tour de rôle en co-animation.

### Contenu :

Centré sur la préparation à l'animation (entretiens préalables, définition du cadre, des règles...) ainsi que sur le rôle des co-animateurs.

## 3<sup>ème</sup> module : Analyse des pratiques de co-animation de groupes de personnes en deuil (BO3)

En deux jours. Objectif : Se fait après une première année de pratique de co-animation. Axé sur le suivi du groupe dans sa dynamique.

Partage des expériences de co-animation de l'année précédente.



Méthode :

Réflexion et mise en commun d'expériences, jeux de rôles en groupe à partir de situations rencontrées lors des animations.

Ce 3<sup>ème</sup> module, qui est une sorte de groupe de parole au plan national, peut être utilement suivi plus d'une fois, ce qui permet de mettre en commun nos expériences.

NB : les dépenses relatives à ces sessions de formation sont éligibles à la subvention CNAMTS ainsi qu'à la subvention du ministère de la jeunesse et des sports.

