

LE DEUIL DE LA CONJOINTE CHEZ L'HOMME ÂGÉ

PAR

FRANÇOIS DALLAIRE, M.S.S.

INTERVENANT SOCIAL À L'HÔTEL-DIEU DE LÉVIS

SEIZIÈME CONGRÈS DU RÉSEAU DE SOINS
PALLIATIFS DU QUÉBEC

24 AVRIL 2006

PLAN DE LA PRÉSENTATION

- Quelles sont les particularités de l'expérience du deuil conjugal des hommes âgés?
- Quels sont les facteurs susceptibles d'influencer cette expérience?
- Quelles sont les conséquences psychosociales de la perte de la conjointe chez les hommes âgés?
- Quels sont les enjeux spécifiques à l'intervention psychosociale auprès de cette population?

Considérations préalables

- L'étymologie du terme « deuil » nous en dit long sur la nature de l'expérience. Son origine est latine (Bacqué et Hanus, 2000 :20) : il provient du terme « dolere », qui signifie « souffrir »...
- Pour Régnier et Saint-Pierre (2001 :15), le deuil est « une déstabilisation aux conséquences multiples sur les plans affectif, psychologique, physique, comportemental, intellectuel, social et spirituel ».
- Fauré (1996 :20) parle du deuil comme d'un processus de cicatrisation qui fait suite à une profonde blessure : « la mort de la personne qu'on a aimée va infliger au cœur et à l'esprit une blessure d'une violence inouïe. À l'image de la cicatrisation d'une blessure du corps, le deuil est le processus de cicatrisation de la blessure du cœur. »

Considérations préalables (suite)

- Le processus de deuil proposé par Jean Monbourquette (que l'on retrouve dans *Aimer, perdre et grandir*, 1994) est composé de 8 principales étapes : le choc, le déni, l'expression des émotions, les tâches relatives au deuil, la quête de sens, l'échange des pardons, l'héritage et la célébration de la fin du deuil.
- Pourquoi s'intéresser spécifiquement au deuil des hommes?
- Il est reconnu que la grande majorité des études ayant portées sur le deuil concernait surtout les femmes...
- L'intervention auprès des hommes en deuil est porteuse de nombreux défis...
- Pour mieux comprendre ce qu'il y a derrière le silence de plusieurs hommes en deuil...

PREMIÈRE PARTIE

Quelles sont les particularités de l'expérience du deuil conjugal des hommes âgés?

L'influence de la socialisation masculine sur l'expérience du deuil de la conjointe chez l'homme âgé

- Dans cette première partie nous aborderons:
- La socialisation masculine
- Le deuil et la socialisation masculine: deux « conflits »
- Les principales stratégies d'adaptation utilisées par les hommes pour faire face au deuil
- La singularité du deuil: le modèle « instrumental – intuitif »

La socialisation masculine

- Le sociologue québécois Guy Rocher définit la socialisation « comme étant le processus par lequel la personne humaine apprend et intériorise tout au cours de sa vie les éléments socioculturels de son milieu, les intègre à la structure de sa personnalité sous l'influence d'expériences et d'agents sociaux significatifs et par là s'adapte à l'environnement social où elle doit vivre » (Rocher, 1969:105).
- La socialisation est donc un processus:
- D'acquisition des manières de faire, de penser et de sentir propres à la société dans laquelle la personne vit.
- D'intégration des valeurs, normes et comportements valorisés par la société d'appartenance d'un individu.
- D'adaptation sur les plans psychomoteurs, affectifs et cognitifs de la personne à sa société.
- Exemple du bonjour...

La socialisation masculine (suite)

- La socialisation d'un individu sera différente selon son genre.
- Pour O'Neil (1981 :203), « les rôles spécifiques au genre sont des comportements, des attentes et un ensemble de rôles qui sont définis par la société comme étant masculins ou féminins ».
- La « socialisation des rôles spécifiques au genre » sera donc « le processus par lequel les individus acquièrent et intériorisent les valeurs, les attitudes et les comportements associés à la féminité, à la masculinité ou aux deux sexes » (O'Neil, 1981 :203).
- Exemple pour les enfants et pour les adultes

La socialisation masculine (suite)

- Les hommes et les femmes recevront l'approbation ou la désapprobation (sanctions sociales) des pairs et des institutions côtoyées selon la « correspondance » de leurs comportements avec les rôles spécifiques au genre. Les sanctions sociales (ou la menace de ces mêmes sanctions) contraignent ainsi les individus à afficher des valeurs, des comportements et des attitudes associés à leur genre respectif. (« À demeurer dans le cadre »)
- O'Neil (1982 :18) nous dit que pour les hommes, le coût d'exposer en public des qualités typiquement féminines peut être grand en termes de sanctions sociales : le manque de respect, l'échec ou encore le fait de ne pas se sentir masculin. La « menace d'être considéré homosexuel » par les autres...
- Exemple du cigare refusé

La socialisation masculine (suite)

- « Sanctions sociales » qui, pour O'Neil (1982:18) engendrent « la peur de la féminité » qu'il définit comme étant « une forte émotion négative associée aux valeurs, attitudes et comportements féminins ».
- Le mécanisme des sanctions sociales inhérent au processus de la socialisation masculine favoriserait l'intégration de cette réaction émotionnelle (plus souvent inconsciente): l'homme qui a « peur de la féminité » appréhendera principalement le jugement des autres (sanction sociale) si il démontre des aspects plus féminins de sa personnalité.

La socialisation masculine (suite)

- Cette « peur de la féminité » de même que la « mystique masculine » sont les bases de la socialisation masculine pour O'Neil.
- Pour O'Neil (1981 :205), « la mystique masculine est un ensemble complexe de valeurs et de croyances qui définissent la masculinité optimale dans une société ; ces valeurs et croyances sont apprises pendant la socialisation des garçons et sont basées sur des croyances et des stéréotypes rigides à propos des hommes et de la masculinité ».
- L'influence de la « mystique masculine » sur les comportements des hommes va varier d'un individu à l'autre.

La socialisation masculine (suite)

- Quelques valeurs et croyances qui composent la « mystique masculine » et qui ont un impact sur le deuil des hommes (Traduction libre de O'Neil 1982:16)
- Les hommes qui cherchent de l'aide ou du soutien de la part des autres démontrent des signes de faiblesse, de vulnérabilité et d'incompétence potentielle.
- La communication interpersonnelle, qui met l'accent sur les émotions, les sentiments, les intuitions et les contacts physiques est considérée comme féminine et devrait être évitée.
- L'estime de soi d'un homme et le respect qu'on doit lui accorder se mesurent par sa réussite, son succès et sa compétence dans le monde du travail.
- La manière de penser masculine, rationnelle et logique, est toujours la forme supérieure d'intelligence pour comprendre la vie.

Le deuil et la socialisation masculine: deux « conflits »

- Deux conflits ou deux « collisions »...
- Il y aura premièrement un conflit entre les exigences de la socialisation masculine qui « prescrit » le contrôle sur les émotions (« un homme ça ne pleure pas ») et l'intensité émotionnelle inégalée de l'expérience du deuil conjugal (la douleur du deuil).
- Deuxièmement, les hommes pourront également se retrouver « coincés » entre le contrôle sur soi exigé par la socialisation masculine et la conception du deuil socialement répandue (les attentes sociales) qui insiste sur « l'importance de la parole et du partage des émotions vécues ».
- Comment les hommes feront-ils pour s'en sortir?

Les principales stratégies d'adaptation utilisées par les hommes pour faire face au deuil

- Les 4 principales stratégies d'adaptation des hommes en deuil (inspirées par Moss et al., 1997; Daggett, 2002): la nature privée du deuil, l'importance de l'action, la place de la colère et l'emphase sur le cognitif.
- Quatre thèmes qui permettent de faire un portrait de l'homme traditionnel typique vivant n'importe quel type de deuil.
- Quatre thèmes qui ne correspondent pas à ce qui est communément attendu d'une personne en deuil (expression verbale de la tristesse).
- Quatre stratégies qui peuvent tout de même favoriser un bon déroulement du deuil.

Les principales stratégies d'adaptation utilisées par les hommes pour faire face au deuil (suite)

- La nature privée de l'expérience du deuil
- C'est auprès d'un échantillon d'hommes en deuil de leur père que Moss et al. (1997 :271) remarquent que « les hommes rencontrés avaient tendance à nier la composante sociale du deuil en mettant plutôt l'accent sur la nature privée de leur tristesse et sur leur besoin de solitude pour faire leur deuil à leur manière ».
- Exemple tirée de ma pratique en soins palliatifs.
- Le fait de se retirer dans la solitude lors des moments d'intense tristesse permet aux hommes de préserver la correspondance entre leurs comportements et la socialisation masculine qu'ils ont intégrée. L'image idéale de soi est maintenue.
- La tristesse exprimée en solitaire est un mode d'expression des émotions qui doit être reconnu et qui favorise le déroulement du deuil.

Les principales stratégies d'adaptation utilisées par les hommes pour faire face au deuil (suite)

- L'importance de l'action
- Dulac (2001 :118) résume bien l'importance de l'action pour les hommes: « les hommes sont des êtres humains qui ressentent les mêmes émotions que les femmes, mais ces émotions sont moins susceptibles d'être différenciées et articulées verbalement. Elles sont souvent canalisées ou amalgamées sous la forme d'un agir ».
- Exemple tirée de ma pratique en soins palliatifs.
- L'action, ou le fait de « faire quelque chose », aura deux principales fonctions : permettre à l'homme de garder un contrôle sur l'expression de sa tristesse et permettre l'expression de ses émotions.
- L'action qui a un sens important pour l'homme endeuillé doit être reconnue comme un mode d'expression des émotions qui favorise le déroulement du deuil.

Les principales stratégies d'adaptation utilisées par les hommes pour faire face au deuil (suite)

- La place de la colère
- Dulac (2001:115 et 127) nous dit qu'il « arrive trop souvent que les seules émotions [que les hommes] acceptent d'exprimer soient la colère et l'agressivité » et que c'est « une façon de ne pas perdre la face en tant que moyen de défense contre l'impuissance ou la vulnérabilité ».
- Le sentiment d'impuissance est souvent à la source de la colère : « l'impuissance de n'avoir rien pu faire pour prévenir la mort de la personne aimée » (Worden, 2002 :12).
- Exemple tirée de ma pratique en soins palliatifs.
- L'expression saine de la colère aura deux principales fonctions : permettre à l'homme de garder un contrôle sur l'expression de sa tristesse et permettre l'expression de ses émotions.
- L'expression de la colère, d'une manière saine, favorise le déroulement du deuil et cette émotion doit être reconnue.

Les principales stratégies d'adaptation utilisées par les hommes pour faire face au deuil (suite)

- L'emphase sur le cognitif
- Pour O'Neil (1982 :24), la « peur de la féminité » (abordée précédemment) contribue à cette « emphase sur le cognitif » : pour éviter de paraître vulnérable ou faible (féminin), les hommes vont surtout développer leur côté rationnel, logique par opposition au côté émotionnel, expressif.
- Exemple tirée de ma pratique en soins palliatifs.
- La rationalisation est une stratégie d'adaptation qui permet à l'homme de se protéger contre la menace de la tristesse, contre la menace de la perte de contrôle. L'emphase sur le cognitif permet à l'homme de préserver la correspondance entre ses comportements et l'image idéale de lui-même qu'il a intégrée par sa socialisation masculine.
- La recherche d'un sens à la perte (processus en grande partie cognitif) est une étape importante du processus de deuil.

La singularité du deuil: le modèle « instrumental – intuitif »

- Bien évidemment, tous les hommes ne correspondent pas à cet idéal type d'homme en deuil que nous avons décrit.
- Martin et Doka (2000) proposent un modèle intéressant: il s'agit d'un continuum entre un « pattern instrumental » et un « pattern intuitif ».
- Ces deux « patterns » permettent de transcender la dimension du genre : les personnes en deuil peuvent être « situées » sur le continuum sans considération pour leur genre mais à partir de la manière par laquelle leur deuil est exprimé et par les stratégies d'adaptation qui sont utilisées. Il n'y a pas de deuil féminin ou masculin.
- Le mode « instrumental » pourrait être associé à la manière typiquement masculine de vivre le deuil. Le mode « intuitif », à la manière typiquement féminine d'expérimenter le deuil.
- Ainsi, pour Martin et Doka (2000 :160), l'expérience du deuil sera *influencée* par le genre de la personne et non *déterminée* par le genre.

La singularité du deuil: le modèle « instrumental – intuitif » (suite)

- Les grandes lignes du « pattern instrumental » selon Martin et Doka (2000:40-53). L'aspect cognitif du deuil aura prévalence sur l'aspect émotif. L'individu aura des réticences à parler de ses émotions. Il accordera plus d'importance à la solitude. Il mettra l'accent sur le contrôle de ses émotions. La colère sera l'émotion la plus souvent exprimée. L'action et la résolution de problèmes concrets seront les principaux mécanismes d'adaptation: ils auront besoin de « faire quelque chose ».
- Les grandes lignes du « pattern intuitif » selon Martin et Doka (2000:35-40). L'intensité des émotions va dominer l'aspect cognitif du deuil. L'intensité de l'expression des émotions douloureuses telles que la tristesse, le désespoir, l'impuissance, la colère et la solitude va refléter l'expérience intérieure de la personne. Elle voudra et ressentira le besoin de parler de son deuil.

DEUXIÈME PARTIE

Quels sont les facteurs
susceptibles d'influencer cette
expérience?

Les principaux facteurs susceptibles d'influencer l'expérience du deuil de la conjointe chez l'homme âgé

- Dans cette seconde partie nous aborderons:
- Les facteurs personnels
- Les facteurs relationnels
- Les facteurs sociaux
- Les facteurs circonstanciels

Les facteurs personnels

- L'âge de l'endeuillé
- Lund et Caserta (2001:160) observent que les hommes plus jeunes s'adaptent mieux au deuil de leur conjointe.
- Le deuil conjugal de l'homme âgé s'inscrit dans un contexte de multiples pertes. Solomon (1982:212) en dénombre 16 qu'il classe en 3 différentes catégories: les pertes en lien avec le réseau de soutien social, en lien avec les rôles sociaux et en lien avec la santé. (Exemples)
- Par surcroît, Rankin (2001:231) mentionne que ces multiples pertes auront le plus souvent un caractère irréversible (définitif) plus l'âge est avancé.

Les facteurs personnels (suite)

- L'éducation et les revenus
- Arbuckle et De Vries (1995:645) et Byrne et Raphael (1994:418) mentionnent que l'éducation est un facteur de protection.
- L'éducation permet d'acquérir de meilleures habiletés pour clarifier les problèmes, pour identifier les ressources disponibles et pour se mobiliser vers des solutions (Arbuckle et De Vries, 1995:645).
- Les mêmes chercheurs mentionnent que les revenus ont également une influence sur l'expérience du deuil.
- Des revenus plus élevés favorisent l'accès aux ressources d'aide professionnelle spécialisée.

Les facteurs personnels (suite)

- La santé physique
- Vézina et al. (1995 : 333-334) nous apprennent que « le risque d'être cliniquement déprimé est 3 fois plus élevé chez ceux qui ont une incapacité physique » et que « 52% des personnes âgées qui sont dépressives ont aussi une maladie physique ».
- La santé physique a une grande influence sur la santé mentale. Si, pour l'endeuillé, il y a déjà présence d'une problématique physique, l'expérience du deuil se trouvera souvent « compliquée ».

Les facteurs personnels (suite)

- Les difficultés de la vie quotidienne
- Lund et al. (1986 :318) mentionnent qu'après la solitude, la seconde plus grande difficulté rapportée par les endeuillés (hommes et femmes confondus) fut celle de réaliser les activités de la vie quotidienne qui étaient auparavant assumées par le conjoint décédé.
- Nieboer et al. (1999 :131) et Umberson et al. (1992 :17) nous disent que les hommes veufs doivent passer significativement plus de temps à exécuter des travaux domestiques que les hommes mariés.
- Lee et al. (2001 :S58) déclarent que ce sont les veufs qui détestent le plus les AVD et observent une association entre cette variable et l'augmentation de symptômes dépressifs.
- Umberson et al. (1992 :17) observent que plus il y a de temps accordé à l'entretien ménager plus dépressifs seraient les veufs.

Les facteurs personnels (suite)

- La spiritualité
- Worden (2002:43) cite deux études. Pour Wortman et Silver (1992) « la personne qui croit fermement que ce qui lui arrive fait partie des desseins de Dieu démontrera moins de signes de détresse suite au décès d'un conjoint comparativement à une personne qui n'entreprendrait pas cette croyance ». Pour Smith et al. (1991) « la croyance en une « retrouvaille » éventuelle pour l'éternité aura une fonction protectrice » sur le vécu la personne endeuillée.
- Fry (2001) observe une plus forte influence de la spiritualité sur les femmes que sur les hommes dans le contexte du deuil conjugal. Pour les hommes, il observe une corrélation significative entre les variables du « sens à la vie », « optimisme », « appartenance à une religion » et « sentiment de paix intérieure » et la variable du « bien-être psychologique » des endeuillés.

Les facteurs relationnels

- Sindon (1997:29), Régnier et Saint-Pierre (2001:64) et Monbourquette (1994:43) nous disent tous que plus l'investissement émotif d'une personne envers l'objet perdu aura été grand, plus le deuil sera important.
- Lofland (dans Forte et al., 1996:32-36) propose une typologie qui illustre très bien la force de l'attachement qui peut unir deux personnes ensemble. Ce modèle permet de comprendre ce qui est perdu (ou « arraché », ou « brisé ») dans l'identité d'une personne endeuillée. Lofland identifie 7 liens d'attachement susceptibles d'être brisés lors du décès d'un proche.

Les facteurs relationnels (suite)

- Les 7 liens d'attachement identifiés par Lofland
 - 1. « Partenariat dans un rôle » : parent, grands-parents...
 - 2. « L'assistance quotidienne » : aide AVD et AVQ...
 - 3. « Lien à un réseau » : lien vers d'autres personnes...
 - 4. « Confirmation de soi » : je suis digne d'amour, un bon père..
 - 5. « Mythes réconfortants » : soutien émotif...
 - 6. « Validation de la réalité » : confirmation des nouvelles infos...
 - 7. « Futur partagé » : projets communs...
-
- 4 « modes de distribution », ce qui influence la difficulté du deuil
 - 1. Tous les liens sont comblés avec plusieurs personnes
 - 2. Quelques liens sont comblés avec plusieurs personnes
 - 3. Tous ou quelques liens sont comblés par peu de proches
 - 4. Tous ou quelques liens sont comblés par une seule personne

Les facteurs sociaux

- Il est admis que le soutien social est un élément aidant dans le vécu de toute crise émotionnelle, y compris le deuil.
- Le soutien social est une variable très complexe lorsque l'on veut le mesurer quantitativement. Le deuil est également une variable très complexe lorsque considéré quantitativement. La prudence est de mise pour celui qui veut établir des liens clairs entre le soutien social et le vécu du deuil conjugal.
- Par exemple, Beauregard et Dumont (1996:56) nous disent qu'il n'existe pas « de consensus clairement établi autour de la définition et de l'opérationnalisation du concept de soutien social ».
- La littérature scientifique parcourue reflète bien cette affirmation.
- Trois dimensions du soutien social: le réseau de soutien social, les comportements de soutien social et l'appréciation subjective du soutien social.

Les facteurs sociaux (suite)

- L'influence du réseau de soutien social sur le deuil des hommes
- Norris et Murrell (1990:433) observent que plus importante sera la présence d'un réseau de soutien social (intégration sociale) meilleure sera la santé mentale (dépression) des personnes endeuillées depuis moins de deux ans (genre confondu).
- Fry (2001:78) observe que plus importante sera la présence d'un réseau de soutien social (ressources sociales et contacts sociaux) meilleure sera la santé mentale (bien-être psychologique) des personnes endeuillées depuis une période de 6 à 24 mois, d'une manière plus importante pour les femmes que pour les hommes.
- Nous n'avons pas repéré d'études portant sur l'influence des comportements de soutien social et/ou de l'appréciation subjective du soutien social sur le deuil conjugal des hommes âgés.

Les facteurs circonstanciels

- Nous n'avons pas repéré d'étude au sujet de l'influence de la période d'accompagnement d'une personne en soins palliatifs sur le vécu subséquent du deuil de l'accompagnateur.
- Fauré (1995:31-34) souligne ici deux variables qui, pour l'accompagnateur auront une influence sur le vécu du deuil.
- L'ambivalence émotionnelle: « Ainsi, ces deux mouvements simultanés, l'un de retrait, l'autre de proximité, mettent le cœur, le corps et l'esprit sous tension. La pression monte, et c'est dans ce climat d'intensité émotionnelle que peuvent se mettre en place des circonstances qui influenceront le cours du deuil ».
- Le déroulement de la fin de vie: « Il s'opère une sorte de « cristallisation » autour des dernières heures, des derniers jours des dernières semaines. Les événements, même les plus insignifiants, se figent dans les esprits, avec une clarté et une intensité incroyable ».

TROISIÈME PARTIE

Quelles sont les conséquences psychosociales de la perte de la conjointe chez les hommes âgés?

Les conséquences psychosociales de la perte de la conjointe chez les hommes âgés

- Dans cette troisième partie, nous aborderons:
- Les manifestations du deuil
- Les principaux bouleversements qu'entraîne le deuil conjugal pour les hommes âgés
- Les impacts du deuil de la conjointe sur la santé mentale des hommes âgés

Les manifestations du deuil

- Selon Worden (2002:11-20), les principales manifestations du deuil...
- Manifestations émotives: La tristesse, la colère, la culpabilité, l'anxiété, la solitude, la fatigue, l'impuissance, le choc, la nostalgie, l'émancipation, le soulagement et l'engourdissement émotif.
- Manifestations physiques: Une sensation de vide dans l'estomac, une tension dans la poitrine, un serrement dans la gorge, une hypersensibilité au bruit, une impression de dépersonnalisation, une sensation d'avoir le souffle court, une faiblesse musculaire, un manque d'énergie et une sécheresse buccale.

Les manifestations du deuil (suite)

- Manifestations cognitives: L'incrédulité, la confusion, la préoccupation, le sentiment de présence, les hallucinations.
- Manifestations comportementales: Des difficultés par rapport au sommeil, des désordres dans l'alimentation, des comportements distraits, le retrait social, les rêves ou les cauchemars à propos du défunt, l'évitement d'endroits ou de choses qui pourraient rappeler le défunt, la recherche de la personne disparue, les soupirs, un surinvestissement dans les activités, les pleurs, la visite de lieux qui ont un lien avec le défunt et enfin le fait de chérir des objets qui rappellent le défunt.

Les principaux bouleversements qu'entraîne le deuil conjugal pour les hommes âgés

- Worden (2002:32-35) mentionne que la personne en deuil doit procéder à trois types d'ajustements (bouleversements): externe, interne et spirituel.
- Principaux « bouleversements externes » pour l'homme âgé en deuil de sa conjointe:
- Activités de la vie quotidienne: L'homme aura certes à acquérir de nouvelles habiletés de la vie quotidienne si, au cours de sa vie conjugale, le partage des tâches lui permettait de se tenir à l'écart de l'entretien ménager, de la préparation des repas, de la lessive, de l'épicerie, etc... L'impact de cet ajustement bien concret sera variable selon les individus : ces apprentissages pourront peser lourd sur le moral de l'homme âgé ou encore, à l'opposé, devenir pour lui une source de gratification personnelle.

Les principaux bouleversements qu'entraîne le deuil conjugal pour les hommes âgés (suite)

- Principaux « bouleversements externes » pour l'homme en deuil de sa conjointe:
- Réseau de soutien social: Le décès de la conjointe va souvent représenter la perte, pour l'homme, de la personne qui avait le rôle principal de soutien émotionnel dans son réseau social.
- Dulac (2001 :52) nous dit que « c'est parce que les hommes tissent peu de liens avec le réseau naturel et qu'ils ont peu d'amis intimes qu'ils recourent à leur conjointe comme soutien principal ».
- Tremblay (1996 :28) va dans le même sens en affirmant que « généralement, les hommes n'ont pas d'amis véritables [et que] pour 85% des hommes, toutes les relations intimes sont limitées à leur conjointe ».
- L'homme âgé perdra donc souvent sa confidente principale, la personne qui l'incitait à recourir à une aide professionnelle lors des moments difficiles et la personne qui était pour lui le lien principal à un réseau social plus élargi.

Les principaux bouleversements qu'entraîne le deuil conjugal pour les hommes âgés (suite)

- Principaux « bouleversements internes » pour l'homme en deuil de sa conjointe:
- La rupture des liens d'attachement qui unissait le couple: Liens d'attachements identifiés par la typologie de Lofland. Des liens d'attachements qui étaient souvent tous investis envers la même personne, sa conjointe... Liens « brisés » par le décès, que l'endeuillé décrira comme la partie de lui-même qu'il a perdu...
- Le deuil et le temps: Fauré (1995 :108-120) nous dit que la « perte se conjugue à tous les temps ». Les « souvenirs sont le garant d'une partie de l'identité actuelle de chaque personne. Il constituent ce que chacun appelle son « histoire ». L'histoire commune est, par la perte, saccagée : l'endeuillé devient l'unique dépositaire des souvenirs qui étaient communs au couple. Le deuil du présent est celui de « l'absence physique concrète, immédiate, que tout rappelle dans l'appartement ». Enfin, « le futur, c'est tout ce qu'on avait projeté de construire ensemble et qui prenait sens du fait même qu'on était là, tous les deux, pour le réaliser ».

Les principaux bouleversements qu'entraîne le deuil conjugal pour les hommes âgés (suite)

- Principaux « bouleversements spirituels » pour l'homme en deuil de sa conjointe:
- Worden (2002 :34) mentionne que « Janoff-Bulman (1992) a identifié trois principales croyances qui sont souvent remises en question par le décès d'un être cher : 1) que le monde est un endroit bienveillant, 2) que la vie a un sens, 3) que la personne a elle-même une valeur ».
- Pour Fauré (1995 :245), « le deuil renvoie nécessairement chacun de nous à sa propre solitude, à ce lieu central de notre être où se trouve notre centre de gravité... [...] C'est là où seront remises en question toutes nos valeurs, toutes nos certitudes, toutes nos croyances ».
- Il ajoute : « s'attacher pour mieux perdre? Alors, à quoi bon? Oui, à quoi bon? Et pourtant, depuis que le monde est monde, chacun ose encore s'attacher, ose encore aimer par un violent mouvement du cœur qui se dresse comme un défi à la précarité de la vie... »

Les impacts du deuil de la conjointe sur la santé mentale des hommes âgés

- La dépression dans le contexte du deuil
- Byrne et Raphael (1999) observent que 12.3% de leur échantillon (N=57 hommes de 65 ans et plus en deuil de leur conjointe) souffrait d'un épisode de dépression majeure à 6 semaines du décès et qu'un seul participant (1.9%) en souffrait 13 mois après le décès.
- Aussi, et plus précisément, 14% de l'échantillon a déclaré, à 6 semaines du décès, « vouloir mourir » ou « avoir des idées suicidaires ». Également, à 13 mois du décès, ce fut encore une fois un pourcentage similaire (15.4% de l'échantillon : 8/52) qui a déclaré « vouloir mourir », « avoir des idées suicidaires » ou « avoir tenté de se suicider ».
- Voilà qui souligne l'importance d'accorder une attention à chacun des symptômes dépressifs, puisque même si l'endeuillé n'est pas diagnostiqué comme étant dépressif, il peut tout de même éprouver des difficultés très sérieuses.

Les impacts du deuil de la conjointe sur la santé mentale des hommes âgés (suite)

- Les symptômes spécifiques au deuil
- Les mêmes auteurs Byrne et Raphael (1994) observent que plusieurs symptômes spécifiques au deuil perdurent sur une longue période chez les mêmes 57 hommes en deuil de leur conjointe.
- Par exemple, plus de 60% des hommes interrogés à 13 mois du décès de leur conjointe ont déclaré avoir vécu (quelquefois ou souvent dans les deux semaines précédant l'entrevue) des « sentiments de nostalgie » (74.5%), de la « tristesse à propos de la perte » (62.7%) et « des pensées envahissantes à propos de la conjointe » (76.5%).
- Dans cette étude, un petit groupe d'endeuillés (8.8% de l'échantillon) vivrait un deuil chronique. Pour appuyer cette affirmation, les auteurs font une comparaison entre les scores obtenus au « BPQ »: le score moyen de ces hommes au BPQ s'est avéré aussi élevé à 13 mois que fut le score moyen de l'ensemble de l'échantillon à 6 semaines du décès de leur conjointe.

QUATRIÈME PARTIE

Quels sont les enjeux spécifiques
à l'intervention psychosociale
auprès de cette population?

L'intervention psychosociale auprès des hommes âgés confrontés au décès de leur conjointe

- Dans cette quatrième partie, nous aborderons:
- L'intervention psychosociale destinée aux proches/futurs endeuillés en soins palliatifs (définition, valeurs et principaux objectifs)
- Les enjeux spécifiques à l'intervention psychosociale auprès des hommes âgés en deuil de leur conjointe

L'intervention psychosociale destinée aux proches/futurs endeuillés en soins palliatifs

- L'accompagnement psychosocial en soins palliatifs
- Sans que ce soit une définition formelle de l'accompagnement psychosocial en soins palliatifs, De Hennezel et Leloup (1997, 78 et 27) résument bien ce qu'est pour nous l'accompagnement:
« Accompagner signifie s'ajuster au plus près de ce que vit le mourant et le soutenir jusqu'au bout, au niveau qu'il a lui-même choisi [...], c'est aider l'autre à faire [un pas de plus] au cœur de sa souffrance, au cœur même de ce qu'il est ». Même si cet énoncé concerne les personnes en fin de vie, il s'applique également à l'intervention auprès des proches/futurs endeuillés.

L'intervention psychosociale destinée aux proches/futurs endeuillés en soins palliatifs (suite)

- Un accompagnement qui s'appuie sur deux grandes valeurs
- Le respect
- Le respect qui devra se dégager de l'accompagnement psychosocial sera principalement celui des valeurs, des croyances, des besoins et des stratégies d'adaptation utilisées par la personne en deuil. Une formule qui résume bien ce qu'est pour nous le respect en soins palliatifs est la suivante : la personne accompagnée (en fin de vie ou endeuillée) devra être considérée comme « sujet » de notre intervention plutôt que comme « objet » de notre intervention. C'est elle qui, dans cette épreuve singulière, doit être le guide de nos interventions. Sans cette profonde attitude de respect envers la singularité de l'épreuve, l'intervenant risquera de ne pas reconnaître ce que vit la personne en basant son intervention sur ses propres valeurs ou ses propres croyances (modèles) à propos du processus de fin de vie ou du deuil.

L'intervention psychosociale destinée aux proches/futurs endeuillés en soins palliatifs (suite)

- Un accompagnement qui s'appuie sur deux grandes valeurs
- La compassion: deux citations inspirantes...
- « La compassion est le contraire de la cruauté, qui se réjouit de la souffrance d'autrui, et de l'égoïsme, qui ne s'en soucie pas (...) C'est une attitude de proximité fraternelle, de respect, de disponibilité secourable, de sympathie... » - André Comte-Sponville
- « Qu'est ce que la compassion? Elle ne consiste pas seulement à ressentir sympathie et intérêt envers la personne qui souffre, ni à éprouver un sentiment chaleureux à son égard ou à reconnaître clairement et précisément ses besoins et sa douleur. Elle implique également une détermination ferme et concrète de faire tout ce qui est possible et nécessaire afin d'aider au soulagement de sa souffrance. » - Sogyal Rinpoché

L'intervention psychosociale destinée aux proches/futurs endeuillés en soins palliatifs (suite)

- Les principaux objectifs poursuivis pendant l'accompagnement psychosocial auprès des proches/futurs endeuillés à l'hôpital et en externe
- Reconnaître, nommer et clarifier ce que vit la personne (Identifier clairement ce qui se passe, ce que la personne vit, « là où elle est », « Qu'est ce qui est le plus difficile? »)
- Favoriser l'expression des émotions (tristesse, culpabilité, peur, colère, impuissance... Accueillir cette expression et normaliser)
- Favoriser le soutien social (la solidarité, la communauté, « l'être ensemble », aider les proches à comprendre l'adaptation de l'endeuillé)
- Favoriser la prise de conscience des « forces » personnelles (la spiritualité, le soutien social, « Qu'est ce qui vous aide? »)

Les enjeux spécifiques à l'intervention psychosociale auprès des hommes en deuil

- Premier enjeu: Établir un lien de confiance avec l'endeuillé
- Dulac (2001 :124-127) affirme que plusieurs caractéristiques de l'aide proposée par les intervenants formels entrent en conflit avec certaines caractéristiques de la masculinité. Ce qu'il nomme les « paradoxes de l'intervention » auprès des hommes.
- Quelques exemples de ces paradoxes (aide formelle vs socialisation masculine): expression verbale des émotions vs stoïcisme, introspection vs action, accepter de l'aide vs autonomie...
- Dulac (2001 :43) ajoute que « demander de l'aide est synonyme de faiblesse et entache l'estime de soi des hommes, car ce geste équivaut à un aveu d'incompétence, d'imperfection et d'incapacité. »
- Que faire???

Les enjeux spécifiques à l'intervention psychosociale auprès des hommes en deuil (suite)

- Premier enjeu: Établir un lien de confiance avec l'endeuillé (suite)
- Pistes d'interventions et de réflexions...
- Connaître les principales stratégies d'adaptation et les paradoxes de l'intervention auprès des hommes (on sait plus à quoi s'attendre)
- Éviter d'imposer notre propre modèle du deuil (recette)
- Éviter d'amorcer la relation d'aide sur le mode émotionnel (comment vous vous sentez ?)
- Privilégier le mode cognitif, ce qui est moins « menaçant » au début (Des questions, des informations)
- Manifester clairement notre engagement et notre désir d'aider avec flexibilité tout en respectant la singularité de l'homme en deuil (ses besoins, ses stratégies d'adaptation: ne pas aller où il ne veut pas...)
- Ne pas abandonner à la première résistance et être disponible

Les enjeux spécifiques à l'intervention psychosociale auprès des hommes en deuil (suite)

- Deuxième enjeu: Favoriser l'expression des émotions
- Fauré (1995 :190) résume ici ce qui apparaît être un impératif pour les théoriciens du deuil. « Quoi qu'on fasse, quoi qu'on dise, quoi qu'on pense, il n'y a aucun moyen d'éviter la douleur de la perte. On peut, pour un temps, essayer de la nier, de la minimiser, de la contourner, cela ne changera strictement rien au fait qu'elle est omniprésente et que le seul moyen de s'en libérer est de s'y confronter ».
- La socialisation masculine induit chez l'homme un besoin de contrôle sur l'expression de ses émotions : les quatre différentes stratégies d'adaptation visent justement la préservation de ce contrôle sur l'expression de la tristesse.
- Que faire???

Les enjeux spécifiques à l'intervention psychosociale auprès des hommes en deuil (suite)

- Deuxième enjeu: Favoriser l'expression des émotions (suite)
- Pistes d'interventions et de réflexions...
- Mentionner l'importance de la tâche, la nécessité de l'expression des émotions pour favoriser le déroulement du deuil.
- Reconnaître qu'il n'y a pas que le partage verbal des émotions qui soit valable et qu'il y a d'autres manières saines de s'exprimer, d'autres modes qui peuvent être reconnues comme des forces et normalisées (exemples).
- Pour l'entourage de l'homme endeuillé, on peut donner de l'information sur les modes d'expression des émotions que privilégient les hommes (la « traduction » des paroles et gestes en émotions verbalisées), ce qui peut être rassurant.

Les enjeux spécifiques à l'intervention psychosociale auprès des hommes en deuil (suite)

- Troisième enjeu: Distinguer ce qui est aidant de ce qui ne l'est pas dans les stratégies d'adaptation utilisées par les hommes en deuil
- Chacune des quatre stratégies d'adaptation privilégiées par les hommes peuvent à la fois représenter des forces et des entraves au déroulement du deuil. Nous pouvons aider l'endeuillé à distinguer ce qui est aidant de ce qui ne l'est pas.
- La nature privée de l'expérience du deuil: La distinction doit être faite entre le repli sur soi (ce qui prive l'endeuillé de soutien social) et le recours à des moments de solitude pour pleurer (ce qui est bénéfique et conforme à la socialisation masculine intégrée).

Les enjeux spécifiques à l'intervention psychosociale auprès des hommes en deuil (suite)

- Troisième enjeu: Distinguer ce qui est aidant de ce qui ne l'est pas dans les stratégies d'adaptation utilisées par les hommes en deuil (suite)
- L'importance de l'action: Le surinvestissement dans une activité peut représenter une forme de déni du deuil, une façon de « masquer » le deuil (une fois l'effervescence diminuée, la douleur du deuil sera retrouvée, intacte). À l'inverse, la poursuite d'une tâche qui était chère à la conjointe décédée, l'implication sociale, l'apprentissage de nouvelles tâches (etc...) peuvent devenir des activités saines pour le déroulement du deuil (expression et sens à la perte).

Les enjeux spécifiques à l'intervention psychosociale auprès des hommes en deuil (suite)

- Troisième enjeu: Distinguer ce qui est aidant de ce qui ne l'est pas dans les stratégies d'adaptation utilisées par les hommes en deuil (suite)
- La place de la colère: La colère ne doit pas s'apparenter à du ressentiment, de la haine ou de la violence envers les autres ou l'endeuillé lui-même (exclusion sociale, alcoolisme). La colère est souvent une manifestation d'impuissance face à la fatalité: elle est une émotion normale qui fait partie du déroulement d'un deuil.
- L'emphase sur le cognitif: L'intellectualisation ou la rationalisation excessive peut être un moyen de nier la composante émotionnelle du deuil. Par la raison, la recherche de sens au deuil peut être facilitée et l'aspect cognitif peut devenir une sorte de rempart face aux émotions envahissantes du deuil.

CONCLUSION: Implications pour la pratique et pistes de recherche

- À la lumière des informations qui précèdent, il est impératif de procéder à l'évaluation systématique des besoins des conjoints accompagnateurs/futurs endeuillés pendant l'hospitalisation et subséquemment, dans les premières semaines du veuvage.
- La singularité du deuil doit être reconnue: chaque endeuillé doit se dépasser pour faire face à son deuil, l'imposition d'une recette unique pour vivre le deuil n'est pas nécessairement aidante.
- La connaissance à propos de cette problématique doit être répandue à une plus grande échelle: en connaissant mieux, on peut aider mieux... La réflexion sur le sujet doit évidemment être poursuivie. D'un point de vue « recherche sociale », les liens entre les variables du soutien social, du genre et du deuil restent à clarifier.

BIBLIOGRAPHIE (des ouvrages cités)

- ARBUCKLE, Nancy Weber, DE VRIES, Brian, (1995). “The long-term effects of later life spousal and parental bereavement on personal functioning” in *The Gerontologist*, Vol.35 (5), p.637-647.
- BACQUÉ, Marie-Frédérique, HANUS, Michel, (2000). *Le Deuil, Que sais-je?*, PUF, Paris, 127 pages.
- BEAUREGARD, Line, DUMONT, Serge, (1996). « La mesure du soutien social » dans *Service social*, Vol. 45 (3), p.55-76.
- BYRNE, G.J.A. et RAPHAEL, B. (1994). “A longitudinal study of bereavement phenomena in recently widowed elderly men” in *Psychological Medicine*, Vol.24, p.411-421.
- BYRNE, J.A.Gerard, RAPHAEL, Beverley, (1999). “Depressive symptoms and depressive episodes in recently widowed older men” in *International Psychogeriatrics*, Vol.11 (1), p.67-74.
- CARR, Deborah et al., (2001). “Psychological adjustment to sudden and anticipated spousal loss among older widowed persons” in *Journal of Gerontology: Social Sciences*, Vol.56 b (4), p.237-248.
- COMTE-SPONVILLE, André, (1995). *Petit traité des grandes vertus*, PUF/Perspectives Critiques, Paris, 391 pages.

BIBLIOGRAPHIE (des ouvrages cités)

- DULAC, Germain, (2001). *Aider les hommes aussi*, VLB Éditeur, Montréal, 187 pages.
- DAGGETT, M. Luann, (2002). “Living with loss: middle-aged men face spousal bereavement” in *Qualitative Health Research*, Vol.12 (5), p.625-639.
- DE HENNEZEL, Marie, LELOUP, Jean-Yves, (1997). *L’art de mourir*, Pocket, Éditions Robert Laffont, Paris, 213 pages.
- FAURÉ, Christophe, (1995). *Vivre le deuil au jour le jour : Réapprendre à vivre après la mort d’un proche*, Éditions J’ai lu : Bien-être, Paris, 252 pages.
- FORTE, A. James et al., (1996). “Patterns of social connectedness and shared grief work: A symbolic interactionist perspective” in *Social Work with Groups*, Vol.19 (1), p.29-51.
- FRY, P.S., (2001). “The unique contribution of key existential factors to the prediction of psychological well-being of older adults following spousal loss” in *The Gerontologist*, Vol.41 (1), p.69-80.
- LEE, R. Gary et al., (2001). “Gender differences in the depressive effect of widowhood in later life” in *Journal of Gerontology: Social Sciences*, Vol. 58 b (1), p.56-61.

BIBLIOGRAPHIE (des ouvrages cités)

- LUND, A. Dale et al., (1986). “Gender differences through two years of bereavement among the elderly” in *The Gerontologist*, Vol.26 (3), p.314-320.
- LUND, A. Dale, CASERTA, S. Michael, (2001). “When the unexpected happens: husbands coping with the deaths of their wives” in LUND, A. Dale (ed.), *Men Coping with Grief*, Baywood Publishing Company, New York, p.147-167.
- MARTIN, L. Terry, DOKA, J. Kenneth, (2000). *Men don't cry... Women do: Transcending gender stereotypes of grief*, Brunner/Mazel, Philadelphia, 188 pages.
- MONBOURQUETTE, Jean, (1994). *Grandir : Aimer, Perdre et Grandir*, Novalis, Université Saint-Paul, Ottawa, 175 pages.
- MOSS, Z. S. et al., (1997). “Middle-aged son's reactions to father's death” in *OMEGA*, Vol.34 (4), p.259-277.
- NIEBOER, P. Anna et al., (1999). “Conjugal bereavement and well-being of elderly men and women: a preliminary study” in *OMEGA*, Vol.38 (2), p.113-141.

BIBLIOGRAPHIE (des ouvrages cités)

- NORRIS, H. Fran, MURRELL, A. Stanley. (1990). "Social support, life events, and stress as modifiers of adjustment to bereavement by older adults" in *Psychology and Aging*, Vol. 5 (3), p.429-436.
- O'NEIL, James, (1981). "Patterns of gender role conflict and strain: Sexism and fear of femininity in men's life" in *The Personnel and Guidance Journal*, 60, p.203-210.
- O'NEIL, James, (1982). "Gender-role conflict and strain in men's life: Implications for psychiatrists, psychologists, and other human-service providers" in K. Solomon et N. Levy (eds.), *Men in Transition: Theory and Therapy*, New-York, Plenum Press, p.5-43.
- RANKIN, D. Eric, (2001). "Assessment and treatment of grief states in older males" in LUND, A. Dale (ed.), *Men Coping with Grief*, Baywood Publishing Company, New York, p.229-252.
- RÉGNIER, Roger, SAINT-PIERRE, Line, (2001). *Surmonter l'épreuve du deuil*, Les Éditions Quebecor, Outremont, 244 pages.
- RINPOCHÉ, Sogyal, (1993). *Le livre tibétain de la vie et de la mort*, Éditions de La Table Ronde, Paris, 574 pages.
- ROCHER, Guy, (1969). *Introduction à la sociologie générale : L'action sociale*, Éditions HMH, Montréal, 136 pages.

BIBLIOGRAPHIE (des ouvrages cités)

- SINDON, Bernard, (1997). *Le deuil et la vie*, Éditions Face-à-Face, Saint-Zénon, 186 pages.
- SOLOMON, Kenneth, (1982). “The Older Man” in SOLOMON, Kenneth, NORMAN, B. Levy, (eds.), *Men in Transition: Theory and Therapy*, Plenum press, New York, p.205-240.
- TREMBLAY, Gilles, (1996). « L’intervention sociale auprès des hommes: Vers un modèle d’intervention s’adressant à des hommes plus traditionnels » dans *Service social*, Vol.45 (2), p.21-30.
- UMBERSON, Debra et al. (1992). “Widowhood and depression: Explaining long-term gender differences in vulnerability” in *Journal of Health and Social Behavior*, Vol.33, p.10-24.
- WORDEN, W. James, (2002). *Grief Counseling and Grief Therapy*, Springer Publishing Company, New York, 232 pages.