

LA PERTE D'UN COLLÈGUE DE TRAVAIL

Johanne de Montigny

Psychologue
CUSM-HGM

Le deuil

- « L'essentiel du deuil est bien dans l'attachement et la perte »;
- « La mort est déjà différente par l'idée qu'on s'en fait, par la manière dont on l'attend; par la nature de la personne qu'elle frappe, et les circonstances dans lesquelles elle se manifeste »;
- « Quelle part de nous-même perdons-nous lorsqu'un être que nous aimons vient à disparaître? »

(Michel Hanus, Paris, 1994).

Intégrer la rupture

« La perte n'est pas vraiment dans la personne perdue mais dans ce qu'elle représente pour nous, dans nos liens, notre relation avec elle, et dans les capacités que nous avons d'intégrer cette rupture... Dans le deuil, il y a toujours « *qui est perdu* » et « *ce qui est perdu* ».

Le deuil...

- « C'est essentiellement la nature de la relation préexistante à la perte qui détermine le cours du deuil et son destin »;
- « Le travail du deuil nous fait passer d'une perte subie à une perte acceptée »;
- « La souffrance est fonction de l'importance de l'attachement »;
- « Universel, nécessaire et douloureux, le travail de deuil s'inscrit dans la durée. »

■ (Michel Hanus, Paris, 1994).

« Le deuil non ratifié socialement »

- La perte d'un collègue de travail peut être reconnue ou non reconnue comme étant une dure épreuve pour les membres de son équipe; (par la direction, les collègues, la personne affectée mais interdite devant l'expression de sa peine).
- La qualité de la relation préalable au décès du collègue, son rôle au sein de l'équipe et dans la société témoignent de l'impact de sa perte, plus particulièrement lorsqu'elle est soudaine et traumatique.

La mort d'un collègue

- « La mort d'un collègue suscite des réactions variées dans les milieux de travail depuis la quasi-indifférence jusqu'au deuil profond; il est possible que des collègues en soient venus à développer, à force de complicités et de partage de préoccupations ou d'idéaux, des liens d'attachement profond. »
- Le deuil d'un collègue sera d'autant plus difficile qu'il est souvent peu ou pas reconnu par le milieu de travail. »

(Lucie Fréchette, De la violence médiatisée au deuil clandestin - Quand le deuil est affecté par le degré d'exposition sociale de la mort -, Frontières, vol. 16, no 2, UOAM, 2004, p. 17-21)

À la douce
mémoire de
Jacques Voyer
psychiatre

1948-2005

© Sophie Hector





Jacques Voyer

- Naît à Rivière-du-Loup, Québec, le 15 septembre 1948;
- Survit à un plongeon catastrophique le 19 juillet 1970 lors d'une fête familiale;
- Meurt tragiquement, à Montréal, le 18 avril 2005; il était âgé de 57 ans. (*Sa conjointe Francyne périt quelques heures plus tard*).

« Il nous a quittés sans partir, il est parti sans nous quitter »

(Ses parents, Lucille et Jean-Marie, ses soeurs et frères, Nicole, Calire, Claude, Jacqueline, Pierre, Québec, 2005).



A black and white portrait of Jacques Voyer, a man with short, wavy hair, wearing a dark suit jacket, a white shirt, and a patterned tie. He is smiling slightly and looking towards the right of the frame. The background is plain white.

Jacques Voyer...

- Débute ses études en médecine en 1968;
- Complète ses études en psychiatrie à McGill en 1974;
- Devient Psychiatre-consultant à l'Unité de soins palliatifs de l'Hôpital Royal Victoria en 1978;
- Préside l'Association des paraplégiques du Québec de 1988 à 1992;
- Présidait le CA de l'Institut de réadaptation de Montréal depuis 1992;

A black and white portrait of Jacques Voyer, a man with dark hair, wearing a suit and tie, looking slightly to the right. The text is overlaid on the image.

Jacques Voyer...

- Personnalité de l'année du Conseil canadien pour la réadaptation des handicapés, 1991;
- Chevalier de l'Ordre National du Québec, 1998;
- Publication de son récit de survie, 2002;
- Officier de l'Ordre du Canada, 2004.



Fragments de vie

- À 21 ans, « le saut de l'ange le plonge en enfer »; Jacques Voyer frappe le haut fond de la piscine familiale;
- La rupture de l'échine du cou le paralyse;
- « Sors-moi de l'eau; ...Tire-moi à l'eau »;
- Première décision stratégique: « ne pas faire porter à l'autre le fardeau de son propre désarroi. »



VIVRE... sur quatre roues

- « Rien ne bat un grand malheur pour vous faire apprécier votre petit quotidien. » (p. 18).
- Surmonter non seulement le deuil, mais la honte de ne plus jamais être comme avant.
(p. 68).
- Quand la question « comment mourir? » se pose avant même celle de réapprendre à vivre, le défi est de taille. (p. 42).

(Jacques Voyer, Que Freud me pardonne, Libre expression, 2002)

La survie

- « La survie nécessite la mise en place d'une nouvelle identité »;
- « Le travail de reconquête de l'identité passe par trois registres: physique, relationnel, esthétique; c'est-à-dire:
 - L'image de soi pour soi;
 - L'image de soi pour les autres
 - L'image de soi renvoyée par les autres. »

(Gustave-Nicolas Fischer, *Le ressort invisible*, Seuil, Paris, 1994).



Phrase... « à deux tranchants »

« Chapeau, mon Voyer... moi, à ta place, c'est clair que je me serais suicidé » (Que Freud me pardonne, p. 72).

L'intention de l'émetteur fait sûrement référence au courage de l'éprouvé, mais elle contient aussi une connotation moins positive: comment trouver un sens à une vie qui en est brutalement déstituée?

Nouvelle identité

- « Les traits les plus marquants de cette nouvelle identité sont:
 - - Le désir de vivre;
 - - L'amour de la vie;
 - - La vie comme valeur suprême. »

(Gustave-Nicolas Fischer, *Le ressort invisible*, Seuil, Paris, 1994).



Personnalité et attitude

« Par personnalité, un psychiatre entend la façon habituelle par laquelle un individu entre en relation avec ce qui comprend la façon de se percevoir et de percevoir les autres et le monde. » (P. 107).

« Ce qui importe, ce n'est pas tant la sorte de maladie qu'a une personne, mais la sorte de personne qui a cette maladie. »
(p. 117).

Injustice ou malchance?

« Que voulez-vous; on ne choisit pas ses malchances! » (Que Freud me pardonne, p. 127).

« Dans une perspective scientifique... maladies, accidents et incapacités résultent d'une absurdité du sort indépendante de la volonté des personnes qui les subissent. »

- (Lalonde et coll., Psychiatrie clinique, Gaétan Morin éditeur, 2001, Voyer, p. 1846)



Le deuil... d'un survivant

- Encore plus difficile:
- Quand l'homme meurt soudainement « après avoir longuement survécu ... »;
- Quand son histoire de vie fut particulière, voire exceptionnelle;
- Quand son influence a pu orienter certaines de nos décisions;
- Quand sa motivation fut contagieuse au sein du groupe de travail.

Le deuil traumatique

- La perte soudaine, « impensable », entraîne d'emblée une impression de surréel;
- Médiatisée, elle renforce l'idée qu'il s'agit peut-être d'une erreur sur l'identité du défunt;
- Le nom du défunt étant publicisé, la personne en deuil vit un état de choc ou, au contraire, demeure stoïque, le temps d'absorber l'inacceptable.

Particularité de la perte

- La perte a des répercussions multiples: il s'agit de l'absence
- D'une personne-clé (pionnier);
- D'un rôle majeur;
- D'un repère sécuritaire;
- D'un superviseur, conseiller et spécialiste;
- D'un collègue capable d'amitié;
- De son unicité comme personne.

Réactions immédiates

- **Incrédulité** (erreur sur la personne);
- **Choc** (ce n'est tout simplement pas possible);
- **Refus** (je rejette cette nouvelle absurde);
- **Colère** (pourquoi? Et surtout, pourquoi lui?);
- **Chagrin** (non, je ne peux pas me rendre à l'évidence);
- La **désorganisation** est immense;
- Le **déni** de la réalité parfois persiste, car refuser la réalité ne veut pas dire l'ignorer.

Le deuil qui frappe!

« La mort imprime au deuil un caractère particulier en raison de sa radicalité, de son irréversibilité, de son universalité, de son implacabilité. Elle oblige au deuil alors qu'une séparation non mortelle laisse toujours au début l'espoir de retrouvailles. »

Michel Hanus, Paris, 1994, p.93

« Affronter l'impensable »

- Le deuil est traumatisant parce que la perte est brutale, impromptue.
- « ...ces réactions spontanées constituent une sorte de sursaut, afin d'assurer, face au choc, la survie psychique. Leur sens est le suivant: en neutralisant une partie de la réalité traumatisante, on aménage la possibilité de l'affronter; en anesthésiant une partie du moi, on le préserve. »

(Gustave-Nicolas Fischer, *Le ressort invisible*, p. 85).

Mort subite

« Le choc est violent en cas de mort subite, à l'image de ce qui vient d'arriver au disparu, plus modéré s'il s'agit d'une mort à venir . »

Ce que provoque le choc

- La sidération;
- L'abattement;
- La stupéfaction;
- L'engourdissement et le refus;
- La décharge émotionnelle;
- La recherche de la personne perdue.



La perte de repères

- La perte d'un modèle stimulant;
- La perte de sécurité professionnelle;
- La perte d'une discipline recherchée;
- La perte de son propre rôle à l'intérieur d'une relation cruellement interrompue par la mort;
- La perte d'un expert en matière de deuil;
- La perte survenue à l'extérieur... de soins palliatifs.

Les défis du deuil

- S'adapter à l'absence d'un être significatif dans son propre environnement;
- Réinvestir son énergie dans d'autres possibilités ou de nouvelles perspectives;

(Maddocks, I.: Grief and Bereavement, MJA; 179: S6-S7, 2003)

- Développer son héritage, c'est-à-dire faire fructifier le legs que nous transmet l'être qui n'est plus et qui nous a transformés à la fois par sa présence manifeste et son départ irréversible.

(Selon la théorie de Jean Monbourquette)

Rebondir après l'épreuve

Les phases de la transition:

- Le changement d'un état ou d'une situation;
- La reconnaissance de ce changement et de ses conséquences;
- L'identification des moyens adaptatifs et la recherche de solutions;
- L'application des solutions et des moyens retenus;
- L'atteinte des objectifs et le bilan.

(Régnier et Saint-Pierre: Surmonter l'épreuve du deuil, Québecor, Montréal 1995, p. 196.).

Surmonter le deuil

L'écriture représente un outil utile et bénéfique aux personnes éprouvées par des deuils traumatiques:

La narration de l'expérience facilite

- L'intégration des pensées et des sentiments
- Favorise l'élaboration d'un sens.

(O'Connor , M. et coll., Writing Therapy for the Bereaved, Journal of Palliative Care Medicine, 6(2), 195-204, 2003.

L'écriture

L'approche par l'écriture expressive de la perte est particulièrement efficace lorsque les événements stressants ou douloureux sont socialement inacceptables (méconnus ou banalisés) ou encore, lorsque les personnes sont socialement isolées ou ne peuvent bénéficier d'une écoute de la part de leur entourage. Le tabou entourant la mort et le mourir limite les opportunités de parler du défunt.

(O'Connor, M. et coll., *Writing Therapy for the Bereaved*, *Journal of Palliative Care Medicine*, 2003, 195-204).

Le lien continu

Fondée sur la théorie de Bowlby (1969), la disponibilité perçue ou « la proximité psychologique » de la figure d'attachement fait en sorte que, dans le deuil:

- la permanence de la perte physique peut être compensée par la capacité d'évoquer mentalement la figure significative (internalisée).
- (Field, N.P. et coll., Continuing bonds in bereavement: an attachment theory based perspective. *Death Studies*, 2005, 29: 277-299).



Les rituels apaisent le chagrin

Le besoin de commémorer les bons moments vécus avec Jacques était crucial pour notre équipe de travail; (souvenirs verbalisés, écrits, photos, enregistrements...). Déposer nos pensées dans un coffret, échanger les anecdotes, vivre ensemble l'ampleur de la perte, assister aux funérailles, lover en soi la présence de l'homme et développer les mérites de son enseignement, font partie du sens donné à une perte immense.

Les rites de passage

- « Le rite admet la violence de la mort, il avoue la peur qui monte, inéluctable, malgré tous nos efforts. »
- « Il présuppose des conduites corporelles et des gestes qui vont tenter dans un premier temps de retenir le mort, mais qui vont surtout chercher à le mettre à distance.... »

(Luce Des Aulniers, éditorial, *Frontières*, vol. 10, No 2, UQAM, 1998, p. 5).

Les rites de passage...

« La séparation progressive d'avec son mort, toute cruelle soit-elle, est essentielle à la traversée des paysages qui s'ensuivent. Elle souligne que c'est seulement par la coupure que le souvenir peut exister. »

(Luce Des Aulniers, éditorial, *Frontières*, vol. 10, no 2, UQAM, 1998, p. 5).

L'épreuve de la perte

« Les épreuves sont des expériences de passage, non seulement d'un état à un autre, mais de passage intérieur vers nous-même, où se joue notre propre refondation, à partir d'autres repères, d'autres certitudes puisées au fond de notre âme et qui définissent ce que vivre signifie désormais pour nous. »

(Gustave-Nicolas Fischer, *Le ressort invisible*, Seuil, Paris, 1994).



Ses derniers mots

- « Des défis, du courage et du dépassement de soi: 35 ans de tétraplégie et 25 ans de psychiatrie plus tard »... une conférence prononcée tout bas avant de mourir.
- Dans son deuxième livre laissé en chantier, J. Voyer écrivait « Je me dis toujours: ce n'est pas tant moi qu'on salue, comme les regards souffrants des centaines de malades sur lesquels le mien s'est posé depuis toutes ces années.»

A black and white portrait of Jacques Voyer, a man with dark hair, wearing a dark suit jacket, a white shirt, and a patterned tie. He is looking slightly to the right of the camera with a neutral expression. The background is plain white.

Ensemble...prolonger l'oeuvre

Le chef-d'oeuvre de Jacques Voyer aujourd'hui rayonne dans un travail de deuil et d'embranchement entre les personnes qui l'ont aimé, perdu et « retrouvé », grâce au lien si fort que même la mort n'aura pas tuer.

Salut Jacques !

En lien avec toi
ce 16 avril 2009

© Sophie Hector

