

 Bien-être et santé mentale

Comprendre le deuil

Présentement, cette formation est offerte uniquement en format privé.

Contexte

La trajectoire de deuil variera en fonction des caractéristiques psychosociales de la personne endeuillée, de la nature de la relation qu'elle entretenait avec la personne décédée, des circonstances du décès, et du soutien social disponible.

Dans le cadre de cette formation de trois heures, nous aborderons les thèmes suivants : 1) comment comprendre le travail de deuil ; 2) quelles sont les distinctions entre réactions attendues et les réactions plus préoccupantes au cours des mois suivant le décès ; 3) comment aider une personne en deuil ; et 4) quels traitements pour quels individus en deuil ?

Objectifs pédagogiques

Au terme de la formation, vous serez en mesure de :

- mieux comprendre les difficultés émotionnelles du deuil ;
- reconnaître les étapes du deuil ;
- savoir comment soutenir un proche endeuillé.

Contenu

- L'évolution du travail de deuil au niveau social
- Les rituels du deuil
- Les étapes du deuil
- Les différences en fonctions des types de pertes
- Les différences hommes/femmes
- Réactions normales vs réactions préoccupantes
- Quoi faire pour soutenir un proche

Approche pédagogique

Formation théorique et périodes d'échanges et de mises en situation où les personnes participantes seront conviées à partager et à expérimenter.

Clientèle cible

Toute personne qui souhaite apprendre à mieux comprendre le deuil.

Durée et unités de formation continue (UFC-UQO)

Cette formation est d'une durée de 3 heures et donne droit à 0,3 UFC-UQO.

Personne formatrice

Monique Séguin, Ph. D., est professeure au Département de psychoéducation et de psychologie de l'Université du Québec en Outaouais. Pre Séguin a à son actif plus d'une centaine de publications scientifiques et a conduit ou supervisé de nombreux projets de recherche dans plusieurs pays, notamment sur la crise, les trajectoires des personnes décédées par suicide, sur les conséquences d'un décès par suicide, sur les dispositifs de postvention. Elle est chercheuse au sein du Groupe McGill d'étude sur le suicide et membre du Réseau québécois de recherche sur le suicide. En 2020, elle a eu l'honneur d'être intronisée au Cercle d'excellence du Réseau de l'Université du Québec (UQ).

<https://formation-continue.uqo.ca/formation-continue/comprendre-deuil>