

# FOCUS SUR LES PROCESSUS DE DEUIL ET LE TROUBLE DE DEUIL PROLONGÉ



Paris  
Décembre 2022

Eric Bui

# Comprendre le deuil...



# ...C'est comprendre ce qui est perdu - relation d'attachement

- Théorie de l'attachement utilisée pour opérationnaliser et étudier amour
- Une figure d'attachement est une personne :
  - De qui nous cherchons la proximité et dont nous résistons la séparation
  - Avec qui nous partageons
    - Accompagnement et réconfort (fonction refuge)
    - Plaisir et confiance (fonction de base de sécurité)
- Chez les adultes, prendre soin est au moins aussi important que recevoir





## *La perte d'un être cher ...*

*“ est l'une des expériences les plus douloureuses de la vie. Non seulement douloureuse à vivre elle est aussi douloureuse à voir, en raison de notre incapacité à aider. Pour les individus en deuil, le retour du défunt est le vrai réconfort; tout aide en dehors de celà est une quasi-insulte.”*

John Bowlby Loss pp 7-8

# DEUIL AIGU : REPONSE INITIALE

- Perte d'un être cher / figure attachement active :
  - Fortes ÉMOTIONS
    - Protestation; difficulté à intégrer réalité de perte ; détresse de séparation
    - Douleur émotionnelle, Pointes de chagrin (*pangs of grief*)
  - Recherche de CONTACTS
    - Comportements de recherche proximité
    - Préoccupation avec pensées, souvenirs ou images du défunt
  - Inhibition du SYSTÈME EXPLORATOIRE
    - ↘ intérêt pour les activités et autres personnes
    - ↘ sentiment de compétence

# EMOTIONS DU DEUIL AIGU



## Émotions Négatives

- Anxiété (incapacité à vivre seul)
- Culpabilité (pas avoir assez pris soin)
- Colère (contre ceux qui ne font/ressentent pas assez)
- Honte (sentiment de vulnérabilité & difficultés contrôler émotions)

## Emotions Positives

- Plaisir dans souvenir moments heureux
- Anecdotes amusantes
- Fierté dans fait d'honorer le défunt
- Chaleur des souvenirs
- Soulagement / fardeau
- Plaisir et joie d'être vivant

# LE DEUIL EVOLUE AU FIL DU TEMPS



- Traitement information liée au décès
  - Finalité et conséquences reconnues
  - Reconfiguration de la relation avec le défunt
- Révision des buts et projets de vie

## DEUIL INTEGRE

- Intérêt activités & relations actuelles
- Capacité joie & satisfaction
- Sentiment connexion au défunt reste
- Manque, tristesse, solitude souvent présents mais moins intenses et prolongés
- Emotions positives ++
- Sentiments & souvenirs du défunt accessibles mais pas préoccupants/intrusifs



# Travail de deuil se fait par accoups

## Centré sur la perte

- Reconnaître le décès et cortège émotionnel
- Considérer les conséquences
- Réviser les modèles opérants

## Centré sur la restauration

- Défense contre douleur émotionnelle
- Attention portée aux activités et relations actuelles
- Redéfinition des buts et projets pour la vie

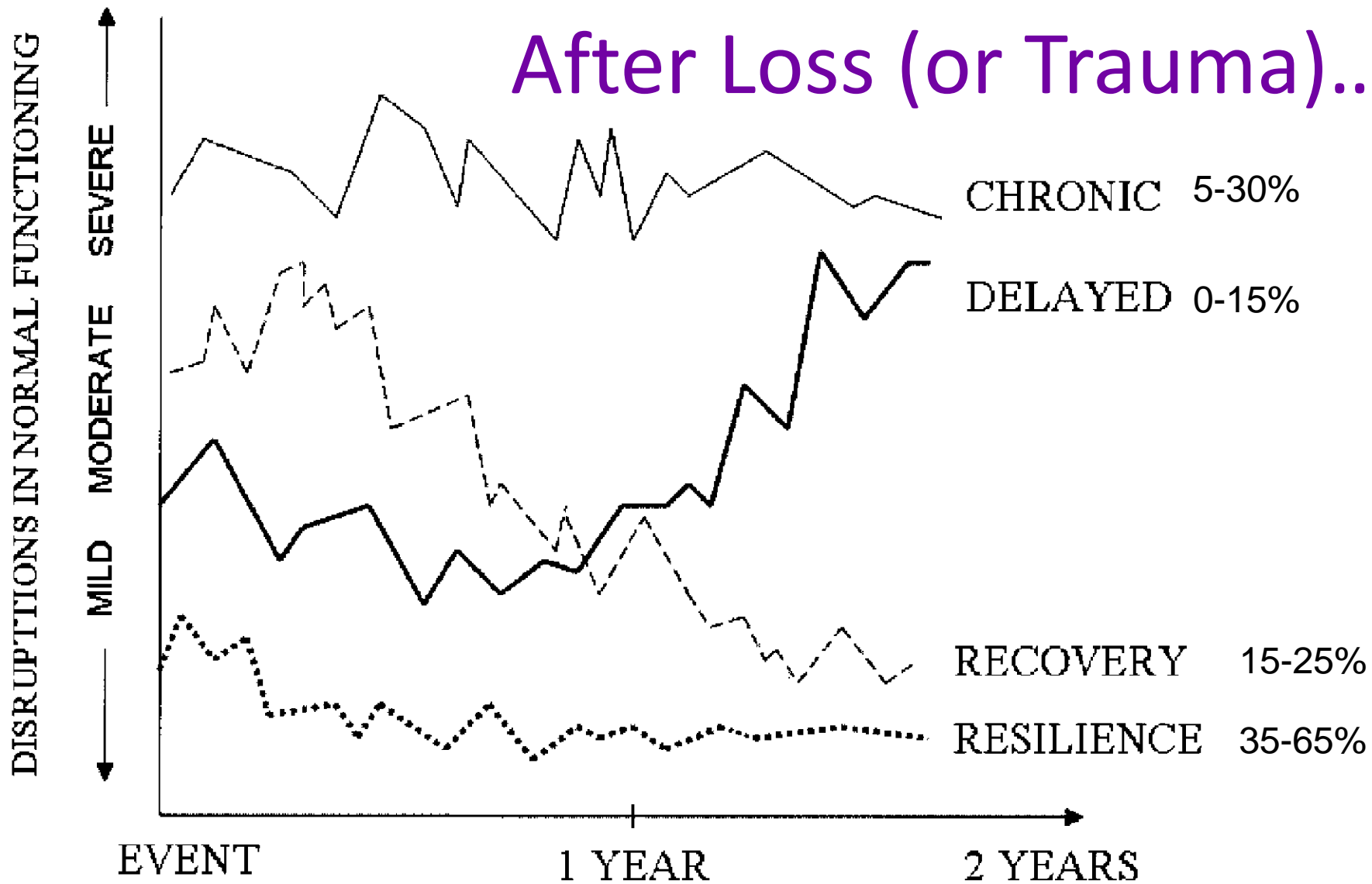


# Combien de temps dure un “deuil” “normal” ?

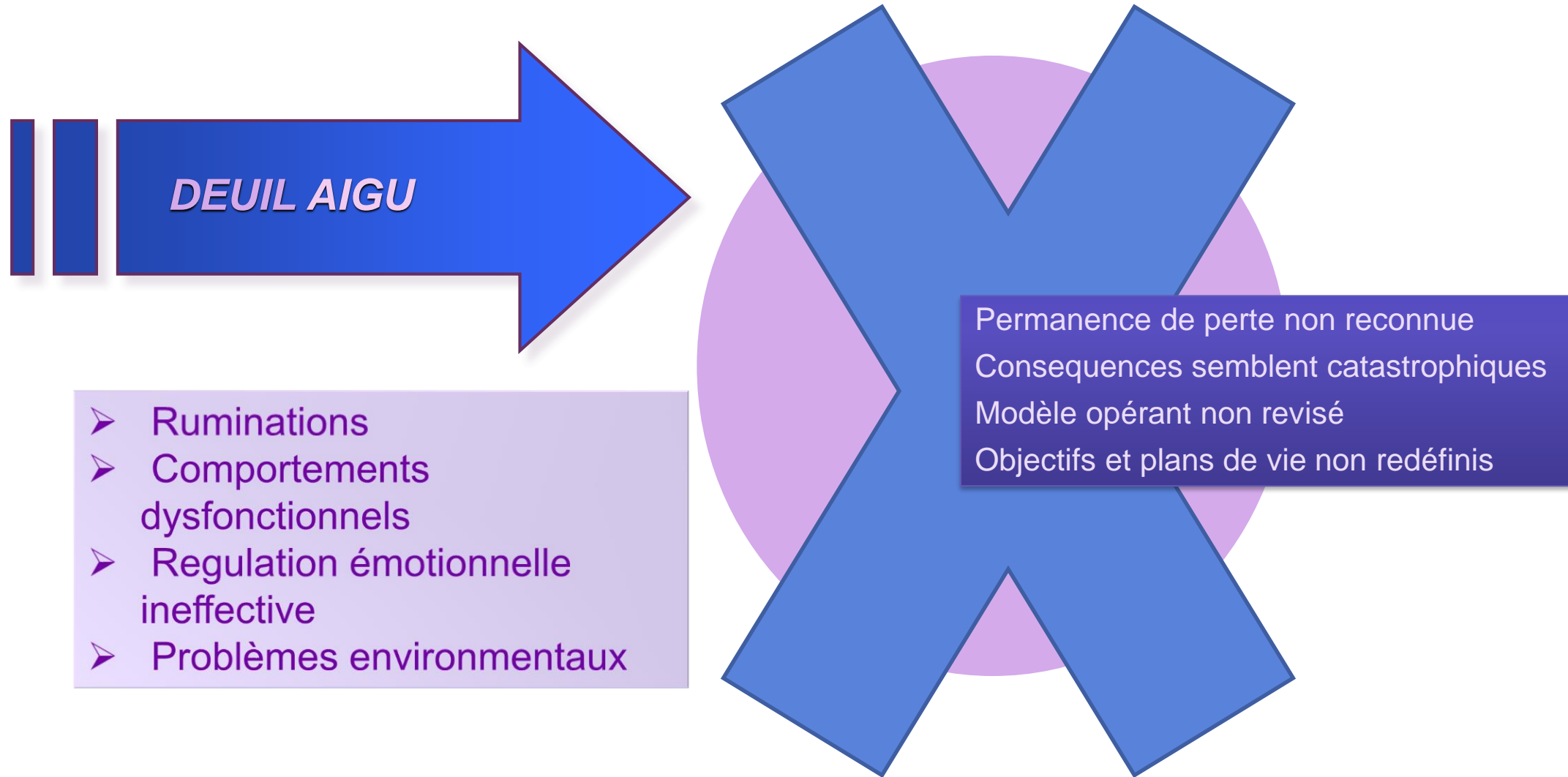
- 6 mois ?
- Un an ?
- 3 ans ?
- Une vie ?



# After Loss (or Trauma)...



# PROCESSUS DE DEUIL SE BLOQUE



# PROCESSUS DE DEUIL SE BLOQUE

- DEUIL COMPLIQUE
- DEUIL TRAUMATIQUE
- DEUIL PATHOLOGIQUE
- DEUIL NON RESOLU



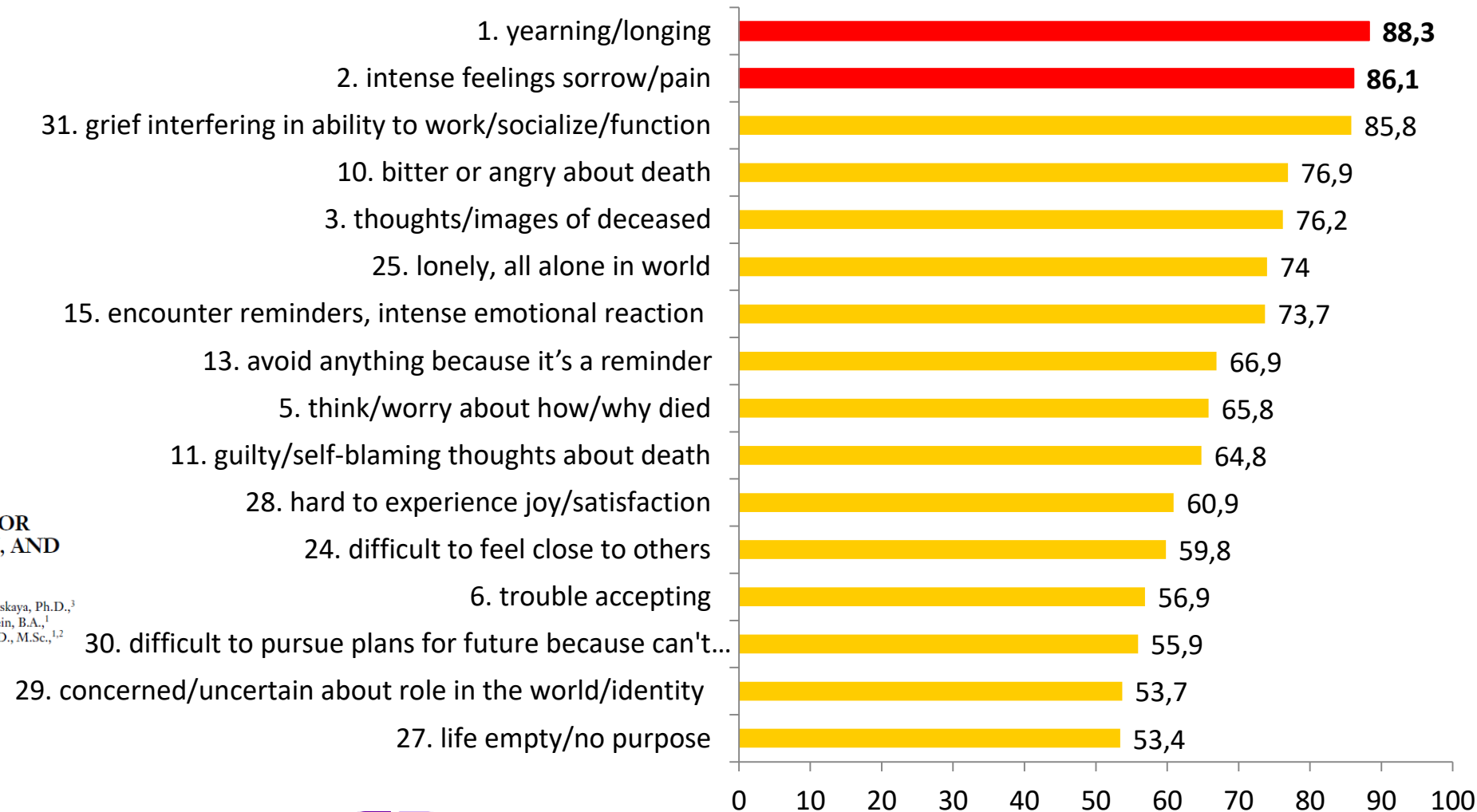
- **TROUBLE DE DEUIL PROLONGE**

Depuis 2018 (OMS) ET 2022 (USA)

# Trouble de Deuil Prolongé

- A. Décès > 12 mois personne proche
- B. Depuis le décès, au moins, presque tous les jours, pendant au moins le dernier mois:
  - Désir intense de la personne décédée
  - Préoccupation avec pensées et/ou souvenirs défunt
- C. Au moins 3 des 8 symptômes:
  - Perturbation de l'identité
  - Sentiment marqué d'incrédulité
  - Évitement des rappels de la mort
  - Douleur émotionnelle intense liée au décès
  - Difficulté à se réinsérer dans la vie
  - Anesthésie émotionnelle
  - Sentiment que vie n'a pas de sens
  - Solitude intense

# Manque et douleur émotionnelle



## Research Article

### THE STRUCTURED CLINICAL INTERVIEW FOR COMPLICATED GRIEF: RELIABILITY, VALIDITY, AND EXPLORATORY FACTOR ANALYSIS

Eric Bui, M.D., Ph.D.,<sup>1,2\*</sup> Christine Mauro, Ph.D.,<sup>3</sup> Donald J. Robinaugh, M.A.,<sup>1</sup> Natalia A. Skritskaya, Ph.D.,<sup>3</sup> Yuanjia Wang, Ph.D.,<sup>3</sup> Colleen Gribbin, M.A.,<sup>3</sup> Angela Ghesquiere, Ph.D.,<sup>3</sup> Arielle Horenstein, B.A.,<sup>1</sup> Naihua Duan, Ph.D.,<sup>3</sup> Charles Reynolds, M.D.,<sup>4</sup> Sidney Zisook, M.D.,<sup>5,6</sup> Naomi M. Simon, M.D., M.Sc.,<sup>1,2</sup> and M. Katherine Shear, M.D.<sup>3</sup>



Endorsement Rate (%)

# Trouble de Deuil Prolongé : Est-ce un problème ?



# Prévalence

- Deux méta-analyses retrouvent :
- Environ **10%** des endeuillés tout venant
- Jusqu'à **50%** des endeuillés de mort violente



# Complications

- ➔ déficit fonctionnelle
- ➔ maladies somatiques
- ➔ comportements à haut risque
- ↘ qualité de vie
  - Indépendamment de la dépression/anxiété
- ➔ Suicide (8,2 fois)
  - Après avoir contrôlé la dépression/Trouble de stress posttraumatique...



# Qui développe un Trouble de Deuil Prolongé ?



# Facteurs de risque

- **Type de décès**

- Soudain, violent (ex: meurtre, suicide)
- Époux, enfants

- **Pré-décès**

- Femme
- Antécédents psychiatriques, traumatiques, anxieux
- Troubles cognitifs

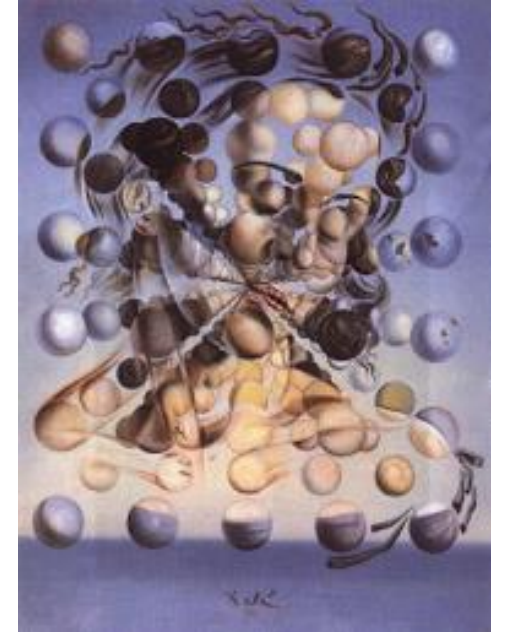
- **Post-décès**

- Faible soutien social
- Facteurs de stress persistant



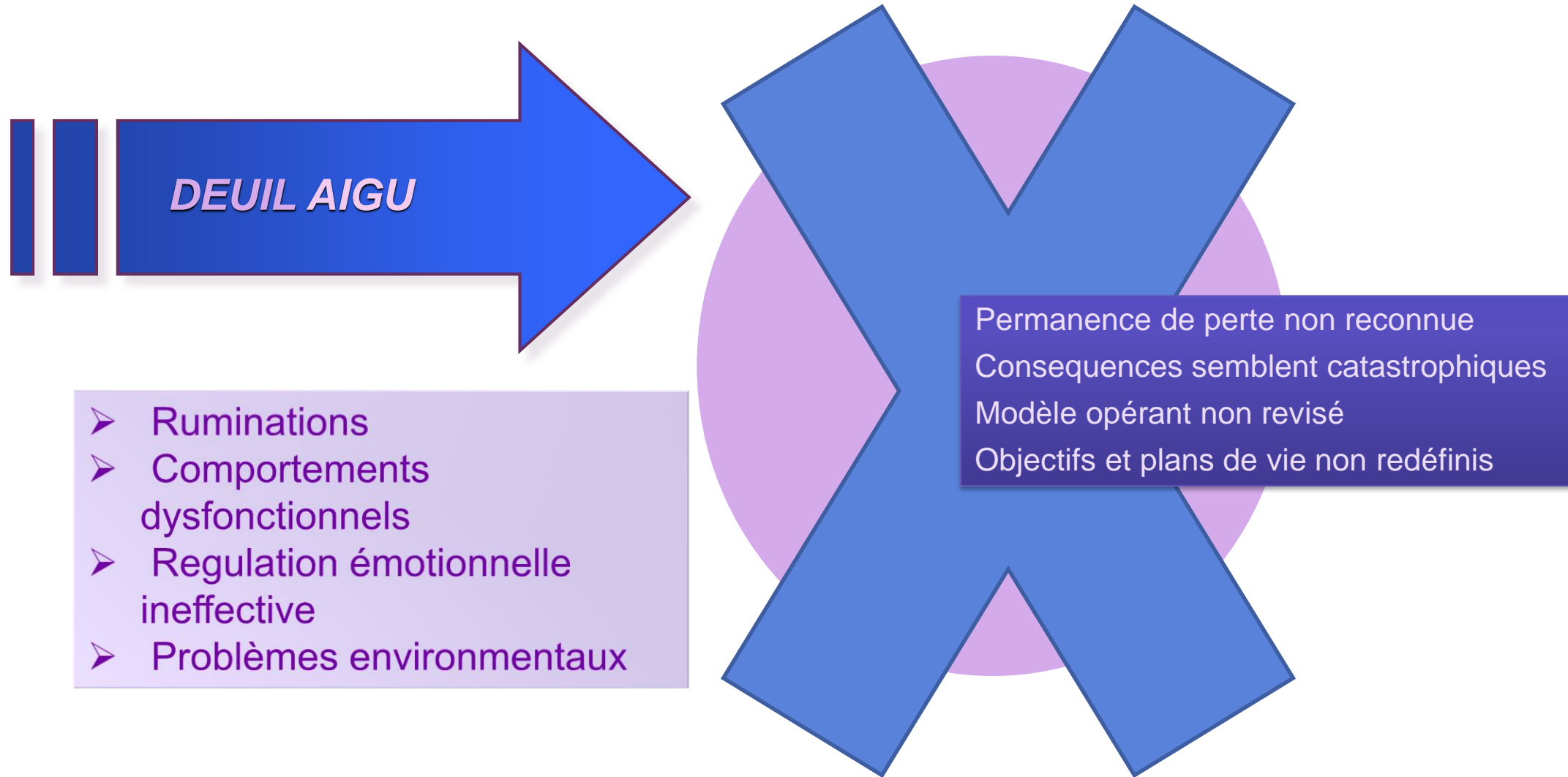
# Facteurs de risque au moment de la perte

- **Détresse**, ex :
  - « *Je me sentais frustré(e) et en colère car je ne pouvais rien faire de plus* »
  - « *J'avais l'impression que j'allais perdre le contrôle de mes émotions* »
- **Dissociation**, ex :
  - « *Il y a eu des moments où j'ai perdu le fil de ce qui se passait* »
  - « *Je me suis retrouvé(e) en pilotage automatique* »
  - « *Ce qui se passait me semblait irréel, comme si j'étais dans un rêve...* »



# Quelle prevention pour le Trouble de Deuil Prolongé ?

# PROCESSUS DE DEUIL SE BLOQUE





# Réduire facteurs de risque

- Diminuer réactions psychologiques de détresse et de dissociation
  - ex : defusing /CUMP
- Diminuer stress environnementaux
  - ex : accompagnement social
- Psychoéducation sur réactions de deuil
  - ex : diminuer évitements, alcool, drogues), orientation vers professionnel santé mentale si mauvaise trajectoire



# Renforcer facteurs de résilience

- Encourager liens sociaux
  - ex : s’entourer de famille, amis
- Encourager rituels pour honorer défunt
  - ex : cérémonies commémoratives, planter un arbre, de créer un livre d’or)
- Encourager prendre soin de soi
  - ex : activités plaisantes, accepter l’aide



Et pour conclure...



# Trouble de Deuil Prolongé

- Pathologie mentale sévère avec risque de suicide
- Touchant de 10% à 50% des endeuillés
- Prévention secondaire en agissant sur facteurs de risque et de résilience
  
- Un traitement psychothérapeutique existe, ayant fait la preuve formelle de son efficacité – pas encore déployé en France

# Merci DES QUESTIONS?

