

Centre de relation d'aide psychosociale et spirituelle Georges L. Beauchamp

96B rue Rolland St-Onge, Gatineau (Québec) J8Y 5V2

beauchampgl1@hotmail.com

819-770-0549

Descriptif : Le deuil : l'impact sur notre vie et notre estime de soi.

Durée : 6 heures

Objectif : Prendre conscience de l'impact du deuil dans notre vie quotidienne et l'influence du deuil comme processus sur notre estime de soi.

Thèmes qui seront abordés:

- 1) Le modèle de deuil selon Monbourquette : auteur de : Aimer, perdre et grandir.
- 2) Le deuil selon Élisabeth Kübler-Ross auteur de « On Death and Dying ».
- 3) Le deuil comme processus, comme cheminement et les différents stades de guérison et les effets sur nos quatre sphères : le biopsychosocial et spirituel de nos vies.
- 4) Où j'en suis dans mon propre cheminement du deuil
- 5) Le deuil d'un être cher et les implications
- 6) Les deuils pathologiques vs les deuils sains
- 7) Le deuil d'un enfant qu'on s'occupait en CPE
- 8) La symbolisation et le rituel dans le processus du deuil.

Le deuil est un processus normal de vie, un cheminement pour chaque être humain. Parfois nos deuils peuvent se compliquer, voir se complexifier à partir de mécanismes de défense qui parfois est conscient et quelques fois inconscient en nous. Avec l'aide de la méthode expérientielle, les participantes seront invitées à prendre conscience de leur propre processus de deuil, et ce, à partir de leurs propres pertes qu'elles ont expérimentées dans leurs vies.

Approche : Modèle d'animation axé sur le partage et l'échange de son vécu.

Implications personnelles : Nécessite le support actif du groupe pour encourager la prise de conscience, et ce, à partir d'exercices pratiques que chacune des participantes sera invitée à participer à l'intérieur des différentes activités afin de découvrir son propre processus de deuil, d'y réfléchir et d'y apporter un changement souhaitable.

Sujet : Cours et atelier favorisant l'échange pratique entre les participantes : plus particulièrement les techniques et les stratégies de communication dans nos relations humaines.

But : Cette formation se veut une réflexion pratique sur notre processus de deuil ainsi que sur nos mécanismes de défense que nous employons pour nous protéger. De plus, les participants (es) pourront approfondir leurs connaissances de soi concernant les notions du deuil. Enfin, cette formation a pour but d'apporter une réflexion sur les changements souhaités pour soi concernant sa façon personnelle d'accueillir son processus de deuil afin de mieux intervenir dans son milieu de travail où ailleurs lorsqu'une perte par décès d'un enfant qu'on s'occupait se produit.