



Le soutien d'employés* en deuil

Recommandations aux gestionnaires

La perte d'une personne que vous connaissez, que ce soit un membre de la famille, un ami ou un collègue de travail représente l'une des choses les plus traumatiques et difficiles à vivre qui soit.

La nouvelle d'un décès déclenche généralement un choc et des réactions émotionnelles intenses, même si on s'attendait à cette perte à la suite d'une maladie. Pour certaines personnes, le deuil (la période au cours de laquelle il faut apprendre à vivre avec le fait que la personne décédée est partie pour toujours) peut entraîner des réactions fortes, parfois à retardement. En milieu de travail, il est important de reconnaître ces réactions afin que le gestionnaire et les collègues de l'employé en deuil puissent fournir à celui-ci le meilleur soutien possible.

À quoi l'employé en deuil peut-il s'attendre?

Bien que le deuil soit un processus normal pour chacun d'entre nous, sa durée et son intensité peuvent varier selon la personne et la situation. Durant ce processus, la personne endeuillée doit accepter le fait que le défunt ne reviendra plus jamais et apprendre graduellement à vivre avec ce qui lui reste : le souvenir de la personne disparue.

La perte d'un collègue ou d'un proche peut être une expérience déstabilisante qui demande du temps pour s'en remettre. Les personnes endeuillées passent habituellement – mais pas nécessairement – par différents stades (déné, tristesse, colère, désorganisation, acceptation, réorganisation) au cours desquels

leur fonctionnement au quotidien risque d'être perturbé à divers degrés.

Les étapes du deuil ne sont pas nécessairement vécues comme un processus séquentiel. Vos employés peuvent passer de l'une à l'autre de ces étapes à différents moments. Au cours des premiers stades, après l'annonce de la nouvelle, la plupart des gens vivent des périodes de torpeur entrecoupées d'un chagrin immense qui diminue avec le temps, mais qui peut revenir avec un degré d'intensité variable lorsque certains événements ravivent le souvenir de cette perte (l'anniversaire du défunt, la première fête de bureau sans lui, etc.).

Il est important pour un gestionnaire de comprendre qu'il est normal que les employés éprouvent des réactions variables pendant leur deuil. La tristesse, la colère, le questionnement sur le sens de la vie en général ou sur le sens de sa propre vie, un besoin accru de solitude ou de contacts sociaux, des problèmes de concentration, de l'irritabilité ou de la fatigue chronique sont au nombre des réactions normales d'une personne face au deuil. Vous pourriez constater des problèmes de rendement au travail, comme la difficulté à se concentrer ou à prendre des décisions, en particulier pendant les premières étapes du deuil. Chacun vit son deuil à sa manière et à son propre rythme.

Vous avez besoin de plus d'aide ou de soutien?

Tous les appels sont confidentiels.

1 866 565-4903

Appels internationaux (frais virés acceptés) : 514 875-0720

monhomeweb.ca



14^{ans} Homewood
Santé
Découvrez les bienfaits
de nos soins

Le soutien d'employés* en deuil

Après un certain temps, qui peut durer des semaines, des mois ou plus longtemps s'il s'agit d'un être cher, les proches commencent à mieux accepter la perte de celui-ci et retrouvent une stabilité comparable à celle qu'ils possédaient avant sa disparition, bien que cette stabilité soit différente.

Comment pourriez-vous le mieux aider vos employés?

- Si vous avez des employés qui montrent des signes de chagrin, soit ouvertement (ils en parlent) ou indirectement (ils présentent des comportements ou attitudes inhabituels qui sont apparus durant le processus de deuil), voici quelques stratégies que vous pourriez employer pour les aider :
- Dites-leur régulièrement que vous vous souciez de leur bien-être et que vous êtes là s'ils ont besoin de vous.
- Respectez le fait que certaines personnes peuvent être profondément affectées par un décès, même si elles n'avaient pas beaucoup de contacts directs avec le défunt, peut-être parce que celui-ci était important pour elles d'une autre façon. Il se peut également que le décès ait réactivé un autre processus de deuil non terminé.
- Résistez à la tentation de presser vos employés à « s'en remettre » rapidement. Le deuil est un processus normal, qui ne doit pas être bousculé. Les signes d'exaspération de votre part ne feront que prolonger le deuil et le rendre plus difficile.
- Si vous obtenez des renseignements supplémentaires sur les circonstances du décès et qu'on vous a autorisé à en parler, informez-en vos employés. Dans le cas d'un suicide, consultez notre équipe de gestion de crises avant de communiquer aux employés toute information reçue, étant donné que celle-ci risque d'avoir un effet négatif sur eux.

- Soyez à l'affût de signes de déstabilisation profonde, lesquels pourraient indiquer un besoin d'aide supplémentaire (p. ex. un employé ne se remet pas de son deuil et son état va même en s'aggravant). Offrez votre soutien à cette personne et encouragez-la à s'adresser au Centre des services à la clientèle de Homewood Santé.
- Résistez à la tentation d'employer des clichés comme « Je sais ce que tu ressens », « C'est le destin » ou « Au moins maintenant il repose en paix ». Vous ne saurez jamais ce que ressent l'employé en deuil, et minimiser un décès n'aide personne. Certes, de tels commentaires visent à apaiser le sentiment de perte, mais ils produisent souvent l'effet contraire.
- Si vous avez des employés occupant un poste critique pour la sécurité, vérifiez régulièrement s'ils sont en mesure de remplir leurs fonctions de manière sécuritaire.

N'hésitez pas à communiquer avec Homewood Santé si vous désirez obtenir des conseils sur les moyens à prendre pour aider vos employés en deuil ou touchés de toute autre façon.

Homewood Santé peut également vous aider à composer avec vos propres réactions et répondre à vos besoins. Nous sommes là pour vous aider, vous aussi.



Besoin de plus d'information ou d'assistance? Tous les appels sont confidentiels.

Vous avez besoin de plus d'aide ou de soutien? Les représentants de notre Centre des services à la clientèle sont accessibles 24 heures sur 24, 7 jours par semaine, en français ou en anglais, pour vous fournir plus d'information, fixer un rendez-vous de counseling ou vous donner accès aux services de Homewood Santé. Tous les appels sont confidentiels.

1 866 565-4903

Appels internationaux (frais virés acceptés) : 514 875-0720

monhomeweb.ca

© 2025 Homewood Santé^{MC} | CMS_Post-Canada_Supporting Grieving Employees_FR_Aug2025



140 ans

**Homewood
Santé**

Découvrez les bienfaits
de nos soins