

# LES ÉTAPES DU DEUIL



## CHOC ET DÉNI

La personne souffre d'un choc à l'annonce du décès. Cela est tellement sidérant et inacceptable qu'elle refuse et rejette la nouvelle. Elle se répète que ce n'est pas possible et que ce doit être un cauchemar.

---



## COLÈRE

La colère arrive avec la prise de conscience que la nouvelle est bien réelle. La personne cherche alors à trouver un coupable à tout prix. Attention, la phase de la colère peut s'accompagner d'un sentiment de culpabilité.

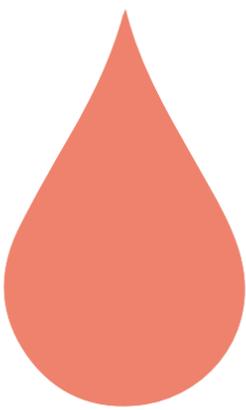
---



## NÉGOCIATION

La personne endeuillée tente de trouver le moyen de changer la situation pourtant irréversible. Elle refuse d'accepter et cherche à compenser et à inverser la situation.

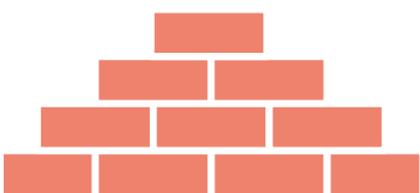
---



## DÉPRESSION ET DOULEUR

C'est lorsque la personne endeuillée accepte la perte qu'elle doit faire face à de nombreuses pertes de moral qui peuvent parfois devenir des dépressions. La personne est désespérée.

---



## RECONSTRUCTION

Cette phase de reconstruction est très importante pour ne pas oublier le décès, mais vivre avec. La personne devient alors actrice de son processus de reconstruction pour sortir de la dépression.