

PhotoTessArt

Les doux souvenirs

qui survivent à un deuil animalier.

11 MARS 2009

ÉDITION 1, NUMÉRO 1

“Accepter de vivre au grand jour le deuil de son animal de compagnie demande beaucoup de courage”.

Extrait du livre
Deuil animalier
par
France Carlos
aux Éditions
Broquet
p.30

Le deuil animalier....un sujet délicat à aborder.

C'est avec grand plaisir que nous vous présentons ce premier bulletin.

Perdre un animal de compagnie est un événement important dans notre vie. C'est bien souvent une relation affective qui perdure depuis 10-15 et même parfois 20 ans et perdre n'est jamais facile.

Dans ce bulletin trimestriel nous aborderons différents sujets reliés au deuil animalier. Tout ceci dans le but de démystifier ce sujet tabou et ainsi apporter aide, soutien et réconfort.

Pourquoi est-ce si important de vivre le deuil de notre animal de compagnie ?

La réponse est très simple. La mort met fin à un lien affectif important et ce que nous avons vécu ne sera plus présent dans notre vie. L'amour inconditionnel que nous procure notre animal est très nourrissant sur le plan affectif. Être aimé et accepté par notre animal de compagnie tel que nous sommes n'a pas de prix. De plus en plus de personnes seules n'ont que pour compagnon affectif leur animal de compagnie et le perdre c'est une grande perte.

Il est donc normal de se permettre de vivre les étapes du deuil. Il est important de pouvoir en parler avec des personnes qui comprendront votre peine et de votre douleur du manque.

Toute perte engendre un manque et les conséquences de ce manque. Il est donc essentiel afin de poursuivre notre route et de pouvoir se réinvestir dans d'autres relations de passer au travers des étapes du deuil animalier.

Lorsque l'être humain se sent impuissant dans un domaine, il tente de devenir tout-puissant dans un autre. L'être humain, cet animal doué de sensibilité, n'aime pas souffrir"

Extrait du livre
Deuil animalier
par
France Carlos aux
Éditions Broquet
p.53



PhotoTessArt

Les 4 phases du deuil animalier

La négation : C'est le moment où la souffrance est tellement grande que nous préférons nier la réalité plutôt que de la voir en face. Cette phase peut durer quelques minutes à quelques jours.

Les émotions : Lorsque nous perdons notre animal de compagnie toute une gamme d'émotions nous envahit. C'est beaucoup plus que la colère. C'est surtout la culpabilité que nous ressentons en cherchant où nous avons failli.

Il y a bien sûr la colère mais elle cache bien souvent une immense peine. La douleur du manque est l'émotion qui restera le plus longtemps présente à notre esprit. Nous apaiserons cette douleur en nous créant de « doux souvenirs », c'est-à-dire ces beaux souvenirs du bon compagnonnage avec notre animal.

Certaines personnes peuvent même atteindre un moment de grande dépression.

L'acceptation : Cette magnifique étape s'installe lorsque nous avons réussi à lâcher prise. C'est ce moment où nous cessons de nous culpabiliser, où nous n'essayons plus de raisonner. Nous acceptons la réalité dans ce qu'elle a de souffrant mais de créatif aussi.

Le réinvestissement : Cette étape se résumerait à que c'est le moment où ce que nous avons perdu fait place à quelque chose de nouveau. C'est reprendre goût à la vie en s'investissant soit auprès d'un nouvel animal, de nouvelles amitiés, d'un nouveau projet. C'est aller de l'avant.

Que voulons-nous offrir à notre animal après son décès.



Plusieurs personnes disent vouloir offrir un repos éternel à leur compagnon animal afin d'en garder un bon souvenir.

Une des façons de le faire est la crémation. Vous pouvez décider d'assister à l'incinération et ainsi être avec votre animal de compagnie jusqu'à la toute fin. La poudre d'os, c'est ce qui reste après l'incinération, vous sera remise dans une urne. Vous pourrez ainsi choisir l'endroit où vous souhaitez déposer l'urne soit dans votre domicile ou dans un columbarium.

Si l'animal décède en clinique vétérinaire vous pouvez demander de faire faire la cueillette du corps par le centre de crémation de votre choix s'il s'agit d'une incinération à laquelle vous allez assister ou une incinération en individuelle.

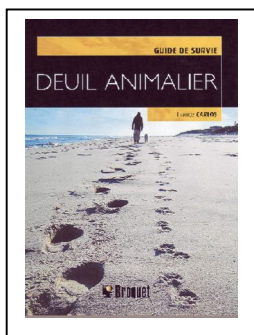
Comment en parler aux enfants.

La meilleure chose reste encore de dire la vérité dans un langage accessible à l'enfant. Il pourrait s'agir aussi d'un premier contact avec la mort d'où l'importance de ne pas banaliser, passer sous silence ou à l'autre extrême dramatiser l'événement.

Nous prendrons en considération l'âge de l'enfant parce que le type de lien affectif développé avec l'animal varie selon l'âge.

Pour un jeune enfant l'animal est un compagnon de jeu. Donc avec le décès de l'animal l'enfant perd un compagnon de jeu. Pour l'adolescent par contre ce dernier perd parfois un confident, un ami qui le comprenait et l'acceptait tel qu'il est. Parler du décès de l'animal avec l'ado peut consister qu'à être seulement à l'écoute et démontrer de l'empathie.

Lecture



Afin d'en connaître plus sur le sujet nous vous recommandons la lecture du livre **Deuil animalier** par France Carlos aux Éditions Broquet ISBN 978-2-89000-959-2

Il est possible aussi de prendre rendez-vous pour une consultation en individuelle. France Carlos est diplômée du Centre de Relation d'aide de Montréal et spécialiste en deuil animalier (514) 323-5659 ou animatherapie@videotron.ca

Liens Web

France Carlos, psychothérapeute spécialiste en deuil animalier
www.makisoft.net/animatherapie

PhotoTessArt, photographe animalier
<http://phototessart.blogspot.com/>