



solâme

Ensemble, accompagnons
la fin de la vie de votre animal

SUPERVISION

Notes





Mise en situation n°5 : les deuils comme des poupées russes



1. Accueillir la confiance sans vouloir combler le vide

Elle dit tout avec cette unique phrase : la perte, la réactivation du deuil, la solitude, l'attachement. Vous n'avez pas à "répondre" à cette douleur, mais à **l'accueillir**, dans une **présence douce** voire même **silencieuse**.

Vous pouvez simplement dire : « *Merci de me confier cela* ». « *Je suis vraiment touchée par ce que vous traversez* ».

Ce sont des phrases **ancrées, sincères, respectueuses du poids de ce qu'elle dit**, sans chercher à la consoler ou à relativiser.



2. Reconnaître ce que représente cet animal pour elle

Ce n'est pas "juste" son chien. C'est **un lien vivant avec son conjoint disparu**, un **compagnon de deuil**, un **dernier témoin de leur histoire commune**.

« *Je sais combien elle compte pour vous... et pour lui aussi* ». « *Elle a été un vrai lien d'amour après sa disparition. Elle vous a peut-être permis de ne pas sombrer au décès de votre conjoint* ».

Cela **honore le lien**, le **rend visible**.





Mise en situation n°2 :

ne comprend pas la souffrance de son animal
refuse l'euthanasie
dissonance au sein du couple

3. Créer un climat de douceur et de respect

Prenez le temps de respirer, de vous ancrer. Cette phrase appelle peut-être au ralentissement. Aussi, vous pouvez **ralentir un peu**, poser des silences. L'émotion est permise – elle ne doit pas envahir l'espace, mais **votre humanité est précieuse ici**.

« *On va l'accompagner en douceur. Je suis là pour elle... et aussi pour vous* ».

Souvent, prendre le temps de répéter les étapes. Parfois nécessaire quand personne très âgée. Prévoir en amont (consultation d'annonce) que la personne vienne accompagnée d'une personne de confiance.

4. Après l'euthanasie

Phrases usuelles de ma part : « *Elle est partie paisiblement, avec vous. C'est un très bel au revoir que vous lui avez offert* ». Puis, proposer un temps de recueillement important si souhaité : la personne dit au revoir à son chien et une "deuxième fois" à son conjoint.

5. Prévoir un suivi si besoin

Cartes condoléances / appel dans les jours suivants / soutien avec professionnels.

Anecdote : personne âgée => impression photo avec la remise des cendres



Mise en situation n°6 :

un décès inattendu en hospitalisation la colère



1. Accueillir la colère comme une expression du chagrin

La première chose à garder en tête : **sa colère est une manière de dire sa douleur**, et peut-être aussi sa culpabilité d'avoir laissé son lapin en hospitalisation. Elle vous accuse, **non pas parce que vous avez mal fait**, mais parce qu'elle **cherche une explication supportable à une perte insupportable**. Cette situation illustre combien les familles peuvent être **fragilisées par le deuil**, en particulier lorsqu'il est soudain, non anticipé, et vécu dans un sentiment d'isolement.

« Je comprends que le décès si brutal de xxx ait été extrêmement douloureux pour vous, et je vois que votre colère est si forte aujourd'hui ». « C'était un compagnon de vie ».

Même si elle est dans l'agressivité, cette **reconnaissance de l'émotion** est essentielle. Bien se souvenir que l'agressivité répond à un besoin non satisfait (d'écoute, de compréhension, de communication, de dignité, etc.)

2. Reprendre les faits avec calme, sans se justifier trop

Il est essentiel de **réaffirmer la réalité des soins prodigués**, tout en respectant sa perception. Pour se protéger, toujours prévenir du degré de surveillance, en fonction de sa structure.

« Cette nuit-là, votre lapin a été gardé sous surveillance comme prévu. Nous avons évoqué ensemble, le risque encouru par votre animal. Le matin, lorsque je suis arrivée, j'ai découvert son décès dans la cage, et j'ai immédiatement prévenu le vétérinaire ». « Je comprends que cela ait été choquant pour vous de le voir ainsi ».



Mise en situation n°2 :

ne comprend pas la souffrance de son animal
refuse l'euthanasie
dissonance au sein du couple

3. Accueillir le geste (la carte jetée) sans réagir émotionnellement

Son geste est brutal, mais il **n'est pas à prendre personnellement**.

« Je suis sincèrement désolée que cette carte ait pu vous heurter. C'était une attention que nous avons voulue respectueuse, mais je comprends que cela ne corresponde pas à ce que vous ressentiez à ce moment-là ».

Vous montrez que vous **restez stable**, que vous **accueillez l'émotion sans fuir ni rendre coup pour coup**.

4. Impliquer le vétérinaire dès que possible

Cette jeune femme et sa mère ont besoin de **réentendre ce qui a été fait, d'être reconnues dans leur chagrin, et de rétablir (ou pas) un lien de confiance avec la clinique**. Si possible, proposer calmement une prise de contact avec le vétérinaire : *« Le Dr X est disponible pour échanger avec vous si vous le souhaitez. Il pourra répondre à vos questions, et vous expliquer ce que nous savons de ce qu'il s'est passé ».*

5. Protéger l'équipe et se préserver

C'est une situation où l'ASV peut être **injustement prise pour cible**. Il est essentiel de **poser une limite claire** si l'agressivité devient trop forte : *« Je vous écoute et je suis là pour vous répondre. Mais je vous demanderai de rester respectueuse, même dans la douleur. »*

Et après, ne pas hésiter à **en parler en équipe**, pour déposer ce qui a été vécu.



Mise en situation n°7 :

un / une collègue en mal être



1. Travailler l'ancrage corporel

Quand une émotion forte surgit chez l'autre (pleurs, colère, détresse), ramenez doucement votre attention à votre **corps, vos appuis, votre respiration**.

Exemples :

- Sentez vos pieds en contact avec le sol
- Détendez vos épaules
- Prenez une inspiration lente et profonde en conscience
- Appuyez vos mains contre vos cuisses ou sur la table pour "revenir" à vous

Cela vous permet de **rester dans l'instant**, sans "fusionner" avec l'émotion de l'autre.

2. Créer une distance intérieure bienveillante

Visualisez que l'émotion exprimée par la personne est comme une vague : **vous pouvez l'observer, mais vous n'avez pas à la prendre pour vous**.

C'est comme mettre ses émotions personnelles dans une pièce à côté, avec la porte entrouverte. Elles sont là, présentes, mais vous choisissez de rester pleinement dans la pièce de l'autre, tant que dure l'échange. Vous pourrez aller rouvrir la porte, accueillir vos émotions à vous, une fois votre rôle d'accompagnant terminé.





Mise en situation n°7 : un / une collègue en mal être

3. Se répéter une phrase ancrante (en silence)

Face à une émotion forte, vous pouvez vous répéter intérieurement une **phrase ressource**, pour garder votre posture.

« Ce n'est pas à moi de réparer. Je suis là pour écouter ». « Je suis un point d'ancrage, pas une éponge ». « Je peux être présent.e sans porter ».

4. Prendre soin de soi après l'échange

Même si vous avez bien géré, **accueillir des émotions demande de l'énergie**.

Pensez à :

- Vous accorder un temps seul(e) (marcher, respirer, boire un verre d'eau)
- Noter ou déposer ce que vous avez ressenti
- Partager avec un pair ou en supervision si besoin

Ces consultations peuvent laisser des traces si on ne les verbalise pas. La régularité de ces gestes de "**désaturation émotionnelle**" est essentielle pour prévenir la fatigue compassionnelle.





Mise en situation n°7 : un / une collègue en mal être

LA COMPARTIMENTATION

C'est la capacité à créer **un espace intérieur dédié** à l'écoute de l'autre, sans y mêler nos propres histoires, nos douleurs, nos projections.

Deux réalités existent en vous :

- La vôtre (votre chagrin personnel, vos souvenirs, votre émotion)
- Celle de la famille (leur douleur, leur histoire, leur besoin de soutien)

La **compartimentation**, c'est réussir à **laisser votre émotion personnelle "en arrière-plan"**, sans l'effacer, mais **sans la laisser envahir** la scène intérieure.

Cela vous permet de **rester pleinement disponibles** pour écouter leur souffrance, sans que votre propre vécu n'interfère, ni par des conseils inadaptés, ni par une émotion qui vous déborderait.

- **Compartimenter, ce n'est pas s'endurcir.**
- **Compartimenter, c'est choisir consciemment où mettre son attention pour mieux aider.**
- **Et c'est aussi prendre soin de soi en différant, mais sans refouler, ce que l'on ressent.**

Savoir compartimenter ne vient pas « naturellement » pour tout le monde : c'est **une compétence émotionnelle qui se travaille.**



Mise en situation n°7 :

un / une collègue en mal être

1. Reconnaître l'émotion, et ne pas la minimiser

Le premier réflexe doit être l'**accueil sans rationalisation**. Oui, tu as fait tout ce qu'il fallait. Oui, la famille a été compréhensive. Mais **le fait que cela te touche profondément est légitime**, et même sain. La douleur du soignant **n'invalide pas sa compétence**. Elle en témoigne.

Exemple de réponse d'un collègue : « *Tu as tout contenu jusqu'ici, c'est normal que ça déborde maintenant. Tu es bouleversé·e, et c'est ok. Viens, on va faire une pause.* ».

2. Créer un espace de respiration, même court

Avant de poursuivre la journée, il est essentiel de **s'autoriser un sas émotionnel**. Ce n'est pas une fuite, c'est une forme **d'hygiène émotionnelle**.

Cela peut être :

- une **pause de 15 minutes** sans pression
- un collègue qui prend la prochaine consultation ou faire la consultation ensemble
- une **respiration consciente ensemble** dans le bureau véto/ASV
- ou même un **simple geste concret** : aller marcher 5 minutes dehors, changer d'air





Mise en situation n°7 : un / une collègue en mal être

3. Favoriser la parole dans l'équipe

L'effondrement n'est pas un signe de faiblesse : c'est souvent un **appel à relier, à parler, à déposer**.

En tant qu'équipe, on peut se dire : « *On traverse des choses dures, et parfois ça fait trop. On a le droit de le dire.* »

Créer une **culture d'équipe où l'émotion peut exister**, où on ne laisse pas seul celui ou celle qui craque, c'est fondamental pour durer dans ce métier.

4. Prendre en compte la résonance personnelle

Le décès récent de la jument ajoute une **couche (parfois invisible) de chagrin**. Cette perte rend toute autre perte plus vive, plus lourde à porter. La personne est en deuil (avec ses propres montagnes russes).

L'équipe peut proposer un relais pour la consultation d'euthanasie si besoin. Il ne s'agit pas d'un échec, mais **d'un ajustement temporaire pour éviter la surcharge émotionnelle**.

5. Et ensuite : penser au soutien à moyen terme

Ce type de situation est **un signal** que le corps et le cœur envoient.

Si c'est récurrent ou que le vécu reste très douloureux, cela peut être le bon moment pour :

- **demander une supervision** (en groupe ou individuelle)
- **parler avec un pair (ou des pairs) de confiance** : Veto entraide, programme M, SNVEL
- **écrire**, poser ce qui a été vécu
- **être accompagné-e par un professionnel** type psychologue



s o l â m e

MERCI

**POUR TOUT
RENSEIGNEMENT :**

contact@solame.vet
marie@solame.vet