



LA PRÉVENTION DU SUICIDE

Tout le monde
s'en mêle



Novembre 2002 Volume 1 - N° 1

JOURNAL L'EXPERTISE RÉGIONALE EN PRÉVENTION DU SUICIDE

Je suis heureuse de vous présenter ce premier numéro du "Journal de l'expertise régionale en prévention du suicide". Ce journal vise à faciliter la circulation d'informations concernant l'expertise clinique en prévention du suicide. Nous travaillons depuis quelques années à développer et consolider l'expertise régionale. Au cœur de ce réseau d'expertise se retrouvent :

- ☞ Le comité régional de prévention du suicide, formé des 11 responsables du dossier de la prévention du suicide et de moi-même, responsable du dossier à la Direction de santé publique;
- ☞ Les membres des "Équipes cliniques locales" formées de 3 à 4 cliniciens par CLSC, identifiés pour consolider leur expertise en intervention auprès des personnes suicidaires.

Parmi les moyens retenus pour développer l'expertise régionale, il faut mentionner :

- ☞ Les rencontres de ressourcement, qui regroupent les membres des équipes cliniques locales des CLSC voisins;
- ☞ Ce journal, pour diffuser de l'information pertinente;
- ☞ La participation à des formations ou des congrès dont une partie des frais est assumé par le budget régional.

*Édith St-Hilaire, responsable du dossier de la prévention du suicide
RSSS de Chaudière-Appalaches (DSP)*

SOMMAIRE

- Mot de bienvenue
- Liste des membres des équipes cliniques locales
- Résumé des rencontres de ressourcement
- L'humanité et la solidarité dans la dignité
- Participation à des colloques
- Banque de références en prévention du suicide
- À surveiller... dans notre prochaine parution

REGROUPEMENT DES CLSC POUR LES RENCONTRES DE RESSOURCEMENT

BEAUCE-ETCHEMINS	LITTORAL	MONTMAGNY-L'ISLET-BELLECHASSE
Responsable : Éline Robitaille remplacée par Stéphanie Laliberté Amiante : Nathalie Sasseville Isabelle Labrecque Denise Deshaye Beauce-Sartigan : France Beaudoin Lucette Lacroix Steve Veilleux Robert-Cliche : Caroline Blouin Gisèle Fournier Colette Vachon Les Etchemins : Madeleine Gilbert Renée Cliche Serge Tanguay	Responsable : Claudine Barrette Lotbinière : Catherine Grenier Maryse Bellavance Pierre Lépine Les Chutes-de-la-Chaudière : Pierre Lacroix Damien Laliberté Isabelle Brouillard Caroline Beaudry Desjardins : Martin Guimont Louise Latulippe Agathe Boudreau	Responsable : Véronique Bourgault Bellechasse : Réjean Doiron Guylaine Carrier Élaine Dion Montmagny : Michelle Bernier Chantal Nolet Garance Beaulieu, qui sera remplacé par France Morissette L'Islet : Philippe Jodoin Maryse Vaillancourt Jean-Louis Légaré

RÉSUMÉ DES RENCONTRES DE RESSOURCEMENT

Afin de faciliter l'échange, l'entraide et le soutien clinique entre les membres des équipes cliniques locales, des demi-journées de ressourcement ont été organisées. Trois responsables de la prévention du suicide, Élane, Véronique et Claudine se sont partagées la région et ont animé ces rencontres. Elles résument ainsi ces premières rencontres de ressourcement.

Dans un premier temps, les participants ont partagé leurs expertises et expériences respectives. Des craintes et interrogations ont été amenées concernant le rôle des « experts ». On se questionne à savoir jusqu'où ira le support administratif. Certains intervenants disent redouter que la tâche de la prévention du suicide en vienne à reposer uniquement sur leurs épaules. Ils croient plutôt qu'il y aurait intérêt à partager leurs connaissances. Dans l'ensemble, les gens souhaitent que les rencontres permettent d'approfondir leurs connaissances pour qu'ensuite ces dernières se propagent à travers chacune des organisations.

Différentes propositions sont apportées concernant le contenu des rencontres. Les participants souhaitent que nous partagions des études de cas, que les discussions portent sur le développement d'habiletés plutôt que sur de la théorie. Ils constatent l'importance de développer la concertation d'où l'importance de se rencontrer afin de mieux se connaître. Un système de pairage junior-senior, la supervision et le « coaching » sont à développer. La santé mentale des intervenants, leur vécu, les traumatismes secondaires. suite à un suicide devraient également faire l'objet de réflexion.

Toutefois, les participants constatent que deux demi-journées c'est court pour le partage d'information. Nous avons convenu d'expérimenter d'abord le modèle proposé mais de faire des recommandations pour des ajustements nécessaires auprès des coordonnateurs.

De plus, la formule de rencontre proposée est fort appréciée par les participants. Se rencontrer dans un endroit chaleureux, hors du CLSC, permet d'alléger l'atmosphère et favorise l'échange et le partage.

Les commentaires reçus jusqu'à présent nous permettent de croire que ces rencontres de ressourcement contribuent effectivement à faire naître et consolider des liens qui briseront l'isolement dans lequel les intervenants se sentent parfois enfermés dans leur travail quotidien auprès de personnes souffrantes.

Source : Véronique, Élane et Claudine



L'HUMANITÉ ET LA SOLIDARITÉ DANS LA DIGNITÉ

Les personnes présentes au dernier colloque de l'Association québécoise de suicidologie le 16 mai dernier, ont eu l'immense chance d'entendre le docteur David J. Roy¹ nous parler de l'importance de l'humanité en intervention. En effet, malgré le froid et l'humidité qui régnaient ce matin-là sous le chapiteau, nous sommes allés à la rencontre d'une humanité profonde en la personne de ce conférencier. C'est avec une grande humilité que je tenterai de vous rapporter les propos de cet homme qui s'est mérité, au fil de sa pratique, le respect et la considération de ses collègues et dont la présentation s'est soldée en une véritable ovation.

Le Dr Roy nous a demandé de nous concentrer afin de visualiser, de ressentir même la souffrance qui accompagne une personne qui décide de poser un geste suicidaire. Il a cité comme exemple la personne qui choisit l'immolation comme symbole de l'anéantissement de l'être, au point où nous ne pouvons même plus reconnaître son visage à travers la mort.

Il nous a par la suite annoncé que le reste de la conférence consiste en une énumération des éléments qui contribuent selon lui à favoriser une plus grande humanité lors de l'intervention. Il nous amène petit à petit ces éléments qui vont nous aider à créer ces moments vrais, cet oasis dont il rêve. Car heureusement, malgré tout ce qu'il a vu et traversé, le Dr Roy rêve encore.

Comme premier élément, le Dr Roy a abordé la logique d'inclusion qui elle, travaille contre l'exclusion. L'exclusion est selon lui, le plus grand crime. Il a élaboré les différentes voies de l'exclusion qui souvent se montrent pernicieuses et transparaissent dans notre langage. Le phénomène d'exclusion nous amène à nous percevoir comme différents ou mieux que la personne qui sollicite notre aide. Nous pouvons exclure les gens à l'aide du réductionnisme qui consiste à considérer un aspect négatif de quelqu'un et ne plus considérer que ce dernier. Nous pouvons exclure par ce qu'il appelle la magnification des différences. Par des appellations telles un cancéreux, un déprimé, nous réduisons alors la personne à un de ses symptômes. Nous sommes aussi parfois victimes d'aveuglement, au point où nous ne percevons plus ce que nous avons en commun avec ces gens auprès de qui nous tentons d'intervenir. L'exclusion se retrouve dans la stigmatisation, dans le fait de percevoir les gens comme "pas capables". Elle se retrouve dans la discrimination, le piétinement des droits humains et dans le processus de marginalisation.

Le Dr Roy, après avoir élaboré sur le principe d'exclusion, nous amène à prendre conscience de la logique d'inclusion. Il souligne l'importance de garder en mémoire les bases de notre communauté afin de permettre l'inclusion de ses membres. Il souligne le fait que nous partageons les mêmes préoccupations et surtout... nous débutons tous de la même façon.

Il a évoqué le piège de considérer un individu à travers sa structure génétique : Donnez-moi votre génome et je vous dirai votre futur. Il est à la recherche d'un monde où l'être humain ne sera pas non plus réduit à ses symptômes ou à une carte de statistiques, car dit-il : "On ne peut apprendre à

¹ Le docteur David J. Roy est directeur du Centre de bioéthique IRCM et chercheur titulaire à la Faculté de médecine de l'Université de Montréal.

connaître un pays sans en parcourir ses campagnes". Nous devons plutôt dépasser ces considérations, ne plus voir uniquement le suicide comme un symptôme, mais en considérer toutes les composantes et tous les impacts. Il rêve qu'il y ait une place pour que nous puissions voir à travers les apparences. Il faudrait voir les vraies personnes et surtout celles qu'il est possible de devenir.

Puis, il nous a souligné à travers divers éléments l'importance de créer un espace où les personnes peuvent trouver de la compassion et ne pas être rejetées parce qu'elles souffrent. Il a souligné l'importance des grands débats concernant des questions telles que l'euthanasie. Il a questionné le risque qu'elle ne remplace la communication et la compassion en amenant l'exemple d'un jeune homme atteint du Sida. Pendant plusieurs jours, ce jeune homme a hurlé qu'on le soulage et suppliait d'en finir. Les soins palliatifs semblaient pourtant adéquats et la douleur physique sous contrôle. Plusieurs personnes ont tenté de lui parler sans succès. Un jour, une nouvelle intervenante est arrivée. Elle est entrée dans sa chambre et n'en est ressortie que plusieurs heures plus tard. Le jeune homme semblait calme. Il ne criait plus. Le lendemain, ce jeune homme a sollicité la présence de cette intervenante à plusieurs reprises. Il semblait l'attendre. Alors, lorsqu'elle est revenue, on lui a demandé ce qu'elle avait fait pour le calmer. Elle a répondu qu'elle n'avait rien fait de particulier, qu'elle s'était simplement assise sur le rebord du lit et avait attendu qu'il parle. Le jeune homme a parlé longtemps avec elle de tout le rejet qu'il avait vécu, celui de sa famille à cause de son homosexualité, celui de son amoureux lorsqu'il avait contracté le VIH. Le jeune homme n'a plus demandé l'euthanasie. Il est mort quelques semaines plus tard et l'intervention de cette personne semble lui avoir permis de quitter ce monde avec un peu plus de sérénité. La tâche de tout intervenant est parfois lourde, il faut savoir porter la souffrance de l'autre telle un petit enfant, sans en être écrasé. Le Dr Roy a mentionné que la capacité de souffrir avec l'autre élargit les frontières de notre propre personne en utilisant pour souligner ses propos l'expression "aller dans la nuit ensemble".

Il a continué en expliquant que la relation thérapeutique devrait être celle où quelqu'un entend le cri dans la nuit. La personne qui souffre vit souvent beaucoup de solitude, comme si elle traversait un pont sans que personne ne l'accompagne. Elle doit trouver quelqu'un qui est capable de l'accompagner, capable d'entendre son cri. Elle a besoin de "trouver quelqu'un qui peut entendre chanter son âme avec tout ce qu'elle contenait avant...".

Le Dr Roy souhaite que nous évoluions dans un monde où l'économie et le gouvernement seraient là pour les personnes et non l'inverse. L'humanité dans l'intervention doit prendre le temps de s'épanouir et pour ce, les intervenants ne doivent pas être surchargés. Il souhaite que nous aménagions une place où l'espérance est en action à travers l'acte d'écouter et de capter réellement l'autre. L'humanité est l'espace où l'on peut écouter l'espérance qui vient du nord du futur. L'humanité empêche d'aller trop loin dans le «c'est pas grave» et l'écœurement de soi et de notre profession.

Il a conclu en nous disant bonne chance. Il a dit souhaiter que ses propos nous aient éclairés et que nos arrivions ensemble à améliorer notre intervention, car c'est ensemble que nous pouvons le faire.

Claudine Barrette, psychologue
Responsable de la prévention du suicide
Centre de santé Arthur-Caux

**CONGRÈS AUXQUELS ONT PARTICIPÉ DES MEMBRES DES ÉQUIPES LOCALES D'EXPERTISE
DANS LE BUT DE DÉVELOPPER L'EXPERTISE RÉGIONALE
EN PRÉVENTION DU SUICIDE**

Dans le cadre du développement de l'expertise régionale en prévention du suicide, un budget régional est disponible afin de faciliter la participation de nos « experts » à des colloques, congrès ou formations spécifiques en prévention du suicide. Plusieurs membres des équipes cliniques locales ont profité de ces opportunités jusqu'à présent. Voici la liste :

- ☞ **Colloque interdisciplinaire sur les conséquences des catastrophes et des événements traumatiques sur la santé des individus, des intervenants et des communautés (octobre 2001)**

Hélène Labbé	Bellechasse
Caroline Beaudry	Les Chutes-de-la-Chaudière

- ☞ **Santé mentale : au-delà de la tourmente, nouvelles frontières en santé mentale (octobre 2001)**

Réjean Doiron	Bellechasse
---------------	-------------

- ☞ **Donner un sens à la souffrance, journée de conférences du CPS de Québec (février 2002)**

Jules Bélanger	L'Islet
Michelle Bernier	Montmagny
Véronique Bourgault	Bellechasse
Lucette Lacroix	Beauce-Sartigan
Isabelle Brouillard	Les Chutes-de-la-Chaudière

- ☞ **6^e conférence mondiale Prévention et contrôle (mai 2002)**

France Beaudoin	Beauce-Sartigan
-----------------	-----------------

- ☞ **Colloque de l'Association Québécoise de Suicidologie à Hull, en mai 2002**

Maryse Vaillancourt	L'Islet
Michelle Bernier	Montmagny
Véronique Bourgault	Bellechasse
Josiane Babin	Desjardins
Pierre Lacroix	Les Chutes-de-la-Chaudière
Claudine Barrette	Lotbinière
Michel Larochelle	La Nouvelle Beauce
Élaine Robitaille	Les Etchemins
Nathalie Sasseville	L'Amiante

Note : Les résumés des ateliers sont disponibles auprès d'Édith St-Hilaire ou des personnes elles-mêmes.

BANQUE DE RÉFÉRENCES EN PRÉVENTION DU SUICIDE

Une banque de documents relatifs à la prévention du suicide est disponible pour les membres des équipes locales intéressés à parfaire leurs connaissances. Une liste des documents disponibles avait été remise à chacun des membres l'an dernier. Voici les nouveautés qui s'ajoutent à cette liste :

Dulac, Germain (2001). Aider les hommes... aussi. VLB éditeur, 187 pages.

Dans certains groupes de la population, les hommes utilisent les services de santé deux fois moins que les femmes. Serait-ce qu'ils sont mieux portants? Ou est-ce parce que les services sont moins bien adaptés à cette clientèle? En fait, si les hommes apprennent jeunes à « endurer leur mal », l'auteur note aussi que les services de santé sont en quelque sorte façonnés par l'idée d'un client idéal qui posséderait des caractéristiques dites féminines, ce qui soulève la question des stéréotypes sexuels dans l'offre de services faite aux hommes.

- LE VIS-À-VIE: Éthique et suicide (Vol. 12 N° 1, mai 2002)
- FRONTIÈRES : Au bout de la vie (Vol. 5, N° 3, Hiver 1993)
Pour vos enfants et adolescents en deuil (brochure de 24 pages, 1990)

VIDÉO : Après... : Un film de Lisa Fitzgibbons, ONF, 50 minutes.

"Après le suicide. Celui d'un père qu'on croyait connaître, qu'on ne savait pas tenaillé par une si grande détresse. Pour les enfants, c'est le début d'une douloureuse quête de sens. Une quête d'autant plus longue qu'on interprète forcément ce geste comme un abandon, un reproche. Et d'autant plus troublante que les adultes s'emploient parfois à brouiller les pistes pour leur dissimuler la vérité".

"La réalisatrice est allée à la rencontre d'un homme et d'une femme qui, comme elle, ont survécu au suicide de leur père. Sur le ton de la confiance et au gré d'images pleines de poésie, elle recueille simplement leur parole. Ils se révèlent à eux-mêmes, l'émotion affleure et l'espoir renaît. Chacun a appris à renouer avec la vie, tout comme la réalisatrice qui parle ici de la mort avec une sérénité qui touchera les vivants".

Dossiers thématiques du Centre de documentation du Centre de recherche sur le suicide et l'euthanasie (CRISE)

- Le suicide chez les enfants
- Le suicide chez les adolescents
- Le suicide chez les hommes
- Le suicide chez les aînés

Note : Pour emprunter l'un ou l'autre de ces documents, communiquer avec Édith St-Hilaire au (418) 774-4215 ou par courriel edithst-hilaire@ssss.qc.ca

PROCHAINE PARUTION DU JOURNAL : JANVIER 2003

Vous avez des suggestions d'articles ou de sujets qui pourraient intéresser les membres des équipes cliniques locales? Toutes les suggestions, les commentaires ou les idées d'articles sont les bienvenus! Vous n'avez qu'à communiquer avec l'une des responsables mentionnées ci-dessous ou faire parvenir un courriel à Édith St-Hilaire : edith_st-hilaire@ssss.qouv.qc.ca

Responsables du journal :

Édith St-Hilaire	RRSSS de Chaudière-Appalaches (DSP)
Claudine Barrette	Les CLSC et CHSLD de la MRC Lotbinière
Véronique Bourgault	Les CLSC et CHSLD de la MRC Bellechasse

Collaboratrices :

Josiane Babin	CLSC et CHSLD de la MRC Desjardins
Élaine Robitaille	Les CLSC et CHSLD de la MRC Les Etchemins

Mise en page : Diane Bédard, RRSSS de Chaudière-Appalaches (DSP)

À VENIR DANS NOTRE PROCHAIN NUMÉRO

- La Semaine de prévention du suicide 2003
- Proposition d'une démarche de support pour les intervenants psychosociaux vivant le suicide d'un client
- Compte rendu d'une formation sur la thérapie de groupe auprès des enfants endeuillés par suicide
- Les nouveautés dans la Banque de références en prévention du suicide