

ACCROCHE-TOI :

**Crise suicidaire,
tentative de suicide
et suicide...**

Quoi faire à l'école?

**Guide destiné aux membres de
l'équipe d'intervention-suicide**

produit par

**la Direction de santé publique
Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine**

2002

Mise en garde :

L'ensemble de ce guide sera mis à jour au cours de l'année 2008 par la Direction de santé publique Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine. En attendant cette mise à jour, le lecteur devra rester critique sur certains éléments du contenu qui doivent être modifiés compte tenu de l'évolution des connaissances sur les interventions à faire ou à ne pas faire à la suite d'un suicide ou à la suite d'une tentative de suicide.

Rédaction :

Rodrigue Gallagher, agent de planification et programmation sociosanitaire
Direction de santé publique Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine

Mise à jour :

Pascal Soucy, agent de planification et programmation sociosanitaire
Direction de santé publique Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine

Collaboration :

Sylvain Bouchard, chef d'administration de programmes, CLSC Mer et Montagnes
Lovia Castilloux, chef d'administration de programmes, CLSC Mer et Montagnes
Gilles Loubert, chef d'administration de programmes, CLSC Mer et Montagnes
Gilles Roy, psychologue, Commission scolaire des Chic-Chocs

Publication et diffusion :

Direction de santé publique Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine

Notes aux lecteurs :

- Les auteurs autorisent la reproduction pour des fins non commerciales du contenu de ce document, pourvu qu'il soit fait mention du nom des auteurs, du titre du document et de l'année de publication.
- La forme masculine utilisée dans ce document désigne, lorsqu'il y a lieu, aussi bien les femmes que les hommes.

Table des matières

	Page
Introduction	5
Présentation du guide	7
Index des interventions à réaliser	9
L'équipe d'intervention-suicide	11
1. Composition de l'équipe	13
2. Mandat de l'équipe	14
3. Rôles de l'équipe	14
4. Responsabilités de l'équipe	15
5. Support-conseil auprès de l'équipe	17
6. Mécanismes de soutien auprès des membres de l'équipe	18
7. Limites et responsabilités des membres de l'équipe	19
La crise suicidaire	21
1. Comprendre la crise suicidaire	23
2. Plan d'action pour les situations de crise suicidaire :	31
A) Quoi faire si un élève suicidaire se présente à vous pour demander de l'aide?	35
B) Quoi faire si un membre du personnel vous fait part des intentions suicidaires d'un élève?	45
C) Quoi faire si un élève vous fait part des intentions suicidaires de son ami?	49

La tentative de suicide	53
1. Comprendre les impacts d'une tentative de suicide à l'école	55
2. Plan d'action à la suite d'une tentative de suicide :	57
A) Quoi faire si un élève a fait une tentative de suicide et qu'il a recours à des services médicaux?	59
B) Quoi faire si un élève ne s'est pas rendu à l'hôpital à la suite d'une tentative de suicide?	61
3. Précisions sur les actions à réaliser à la suite d'une tentative de suicide	63
Le suicide	75
1. Comprendre les réactions personnelles et les impacts d'un suicide à l'école	77
2. Plan d'action à la suite d'un suicide :	87
A) Quoi faire à la suite du suicide d'un élève?	89
B) Quoi faire à la suite du suicide d'un membre du personnel?	101
C) Quoi faire à la suite d'un suicide à l'école?	103
D) Quoi faire à la suite d'un suicide durant une période de vacances?	105
3. Précisions sur les actions à réaliser à la suite d'un suicide	107
Journal de bord	145
Ouvrages de référence	149

Introduction

« Quelles que soient les circonstances dans lesquelles on le prononce, le mot "suicide" fait surgir une foule d'images et d'émotions. Pour une enseignante, le suicide, c'est un élève qui s'est pendu... Pour une autre, c'est un élève qui, le lundi matin, arrive en classe et, en aparté, raconte qu'elle a fait une tentative de suicide pendant la fin de semaine... Pour un troisième enseignant, c'est cet autre jeune qui l'interpelle dans le corridor, entre deux cours, et lui lance un appel à l'aide plus ou moins déguisé... » (Raymond, 1993). Bien entendu, nous pourrions ajouter encore plusieurs situations.

En fait, au cours des dernières années, le personnel scolaire et les intervenants du secteur psychosocial ont dû agir auprès des élèves touchés par le problème du suicide. Le plus souvent, ils devaient intervenir auprès d'élèves manifestant des idées suicidaires à divers degrés d'urgence. Moins fréquemment, le personnel a dû agir au meilleur de ses connaissances afin de limiter les effets d'entraînement à la suite d'une tentative de suicide ou, plus grave encore, à la suite du suicide d'un élève. Évidemment, toutes ces situations sont perturbantes, démobilisantes et préoccupantes pour l'institution tout entière.

Devant cette réalité devenue malheureusement trop fréquente, la Commission scolaire des Îles, le Centre de santé et de services sociaux des Îles et la Direction de santé publique ont convenu d'implanter ensemble une démarche intégrée en prévention du suicide.

Depuis 2003, l'École polyvalente des Îles s'est dotée d'un programme de prévention du suicide. Ce programme comporte les trois niveaux suivants :

- Le dépistage et l'intervention auprès des élèves en situation de crise suicidaire.
- L'intervention à la suite d'une tentative de suicide.
- L'intervention à la suite d'un suicide.

Présentation du guide

Le présent guide est destiné aux membres de l'équipe d'intervention-suicide implantée à l'École polyvalente des Îles. Une préoccupation majeure a influencé l'élaboration du présent document :

La nécessité d'assurer la coordination et la continuité dans les services offerts afin d'apporter une réponse rapide, efficace et appropriée au problème du suicide à l'école.

La première partie du document **L'équipe d'intervention-suicide** décrit les fonctions d'une équipe d'intervention-suicide de l'école. On y précise la composition de l'équipe, son mandat, ses rôles et ses responsabilités, le support-conseil, les mécanismes de soutien qui seront appliqués lors de la mise en œuvre des plans d'action ainsi que les limites auxquelles peuvent être confrontées les intervenants.

Dans la partie **La crise suicidaire**, on aborde brièvement les étapes du processus suicidaire, les signes avant-coureurs, les facteurs prédisposants et précipitants. Enfin, on propose « Quoi faire? » lorsqu'un élève exprime des idées suicidaires, « Quoi faire? » lorsqu'un élève fait part des intentions suicidaires d'un ami et « Quoi faire? » lorsqu'un membre du personnel fait part des intentions suicidaires d'un élève.

À la partie **La tentative de suicide**, on décrit sommairement les impacts d'une tentative de suicide chez la personne suicidaire ainsi que dans l'institution. Puis, un plan d'action suggère « Quoi faire? » auprès de l'élève qui a tenté de se suicider et auprès des proches de l'élève, et lorsque nécessaire, afin de faciliter sa réinsertion à l'école. Enfin, des précisions sont apportées pour l'ensemble des actions à réaliser à la suite d'une tentative de suicide.

Enfin, dans la partie **Le suicide**, on présente brièvement les diverses réactions personnelles et les impacts qui peuvent être vécus à l'école suite à l'annonce d'un suicide. On propose ensuite « Quoi faire? » à la suite du suicide d'un élève, d'un membre du personnel, dans l'éventualité d'un suicide à l'intérieur de l'école et durant l'été. Enfin, des précisions sont apportées pour l'ensemble des actions à réaliser à la suite d'un suicide.

L'équipe d'intervention-suicide



Sommaire

1. Composition de l'équipe
2. Mandat de l'équipe
3. Rôles de l'équipe
4. Responsabilités de l'équipe
5. Support-conseil auprès de l'équipe
6. Mécanismes de soutien...
7. Limites et responsabilités...

1. Composition de l'équipe

École polyvalente des Îles

- Membre de la direction (1)
- Travailleur social
- Conseiller en orientation
- Psychologue
- Infirmier
- animateur de vie spirituelle et communautaire
- Éducateur spécialisé
- Enseignant

2. Mandat de l'équipe

Appliquer les plans d'action en situation de crise suicidaire à la suite d'une tentative de suicide et à la suite d'un suicide.

3. Rôles de l'équipe

Assurer une intervention directe auprès de toute personne suicidaire qui demande aide et support, ainsi qu'auprès de toute personne suicidaire qui a été dépistée et référée.

Assurer que l'élève suicidaire soit pris en charge, lorsque nécessaire.

Assurer la réinsertion à l'école de l'élève à la suite d'une tentative de suicide.

Assurer une intervention auprès des groupes d'élèves touchés par l'événement à la suite d'un suicide.

Assurer les liens fonctionnels avec les partenaires extérieurs lorsque la situation le requiert.

Assurer l'intervention auprès des proches d'un élève suicidaire, lorsque nécessaire.

Évaluer les interventions réalisées à la suite d'un suicide et à la suite d'une tentative de suicide.

Faire un bilan annuel du programme d'intervention-suicide à l'école. **À cet effet, voir le journal de bord à la page 145.**

4. Responsabilités de l'équipe

L'ensemble des membres de l'équipe doit être mobilisé lors d'un suicide.

L'ensemble des membres de l'équipe doit être mobilisé à la suite d'une tentative de suicide et lors du retour de l'élève à l'école, si la situation le justifie.

Au moins deux membres de l'équipe doivent être disponibles lors d'une crise suicidaire.

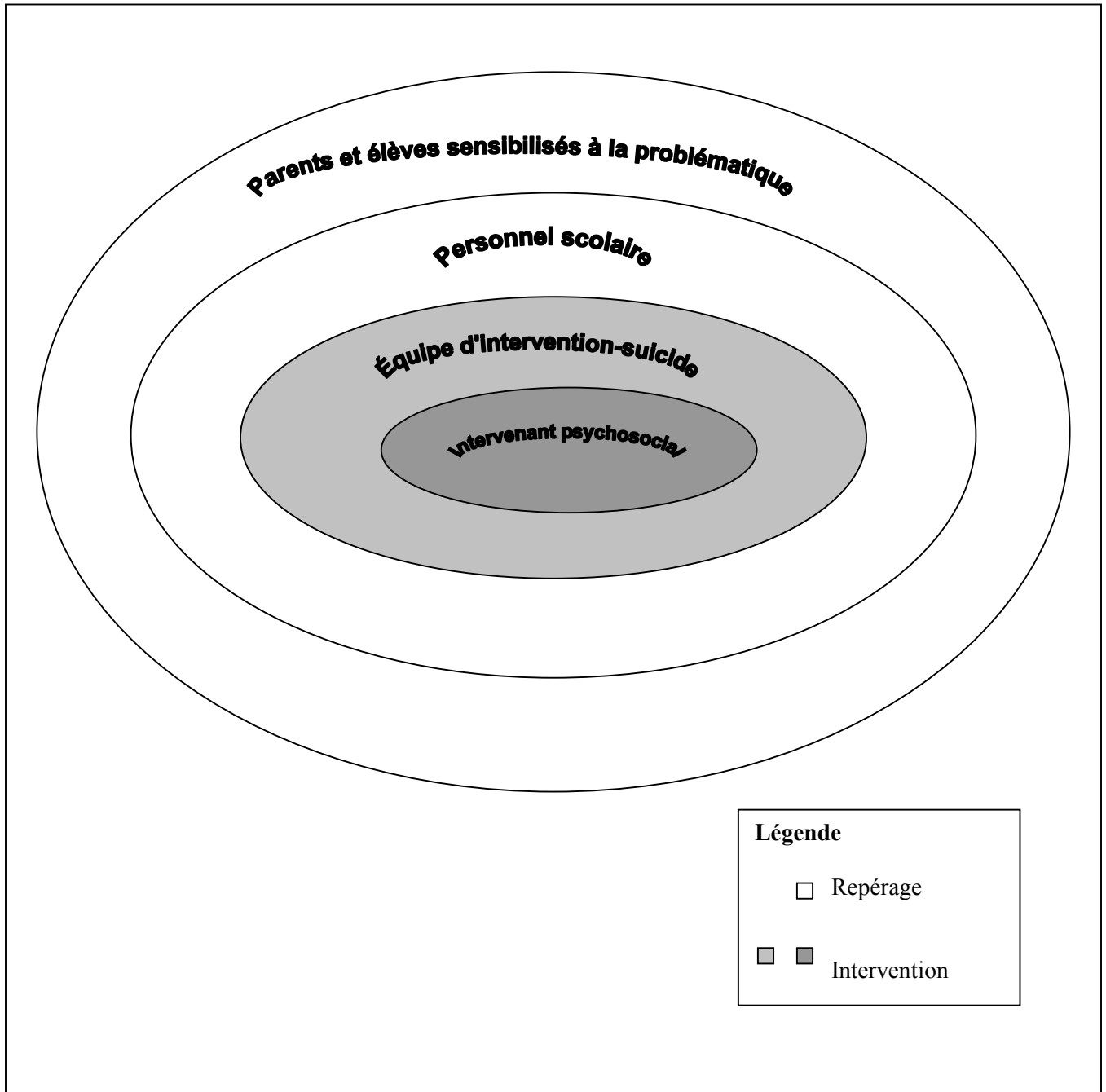
Au moins un membre de l'équipe doit être disponible en tout temps afin de recevoir un élève qui est dépisté ou qui demande de l'aide.

Le coordonnateur de l'équipe s'assure du bon fonctionnement des références de personnes en besoin de services (élèves ou adultes) ainsi que des liens avec les partenaires externes. Le coordonnateur porte une part importante du leadership quant au bon fonctionnement de l'équipe.

L'intervenant psychosocial et le psychologue de la Commission scolaire portent une responsabilité accrue en matière d'intervention individuelle auprès des élèves vulnérables.

Notez bien : En l'absence du coordonnateur de l'équipe, _____ assurera temporairement la coordination de l'équipe.

**SCHÉMATISATION DES DIFFÉRENTS RÔLES DES ACTEURS
DANS LA COMMUNAUTÉ SCOLAIRE**



5. Support-conseil auprès de l'équipe

C'est une ressource extérieure qui peut aider une équipe d'intervention-suicide à adapter rapidement un plan d'action à toutes les situations particulières susceptibles de survenir et qui ne sont pas prévues à l'intérieur de ce guide.

Pour obtenir un support-conseil, c'est le coordonnateur de l'équipe qui devra communiquer avec la ressource extérieure.

Il est suggéré que le coordonnateur informe systématiquement, à des fins statistiques, la ressource extérieure lors d'un suicide ou d'une tentative de suicide.
(Précisions et coordonnées des deux ressources extérieures en page 111)

6. Mécanismes de soutien auprès des membres de l'équipe

Des mécanismes de soutien sont prévus pour les membres de l'équipe d'intervention-suicide à l'école. Les membres de l'équipe ne sont pas à l'abri d'une forme d'épuisement et l'intervention auprès des élèves en difficulté ou en crise suicidaire exige beaucoup sur le plan émotif. Les mécanismes de soutien pour l'équipe d'intervention-suicide se présentent comme suit :

Prévoir des rencontres de verbalisation avec les membres de l'équipe.

Des rencontres sont prévues au calendrier des plans d'action afin que les membres de l'équipe puissent parler des jeunes, des adultes rencontrés ou encore de l'événement. Ils pourront ventiler leurs émotions et se former mutuellement dans un climat de soutien.

Dans la période d'application du plan d'action, l'équipe se rencontre au besoin. L'animateur de la rencontre est la personne attirée du service d'expertise en prévention du suicide de la Direction de santé publique ou une ressource du CLSC qui n'est pas membre de l'équipe d'intervention-suicide.

Assurer l'implication d'au moins quatre membres de l'équipe pour la mise en œuvre du plan d'action à la suite d'un suicide.

Le coordonnateur de l'équipe s'assure que :

- Un local adéquat sera mis à la disposition des membres de l'équipe s'il y a application des plans d'action à la suite d'un suicide ou d'une tentative de suicide.
- Les membres de l'équipe se nourrissent convenablement pendant la mise en application du plan d'action.
- Une relève soit effectuée (ex. : période de repos, remplacement d'un membre de l'équipe).
- Les membres de l'équipe n'interviennent que durant l'horaire prévu par l'équipe.

7. Limites et responsabilités des membres de l'équipe

Travailler dans le domaine de la prévention du suicide est demandant et peut devenir épuisant. Ainsi, il importe de se rappeler et de composer avec les limites qui s'imposent à nous comme membre de l'équipe intervention-suicide :

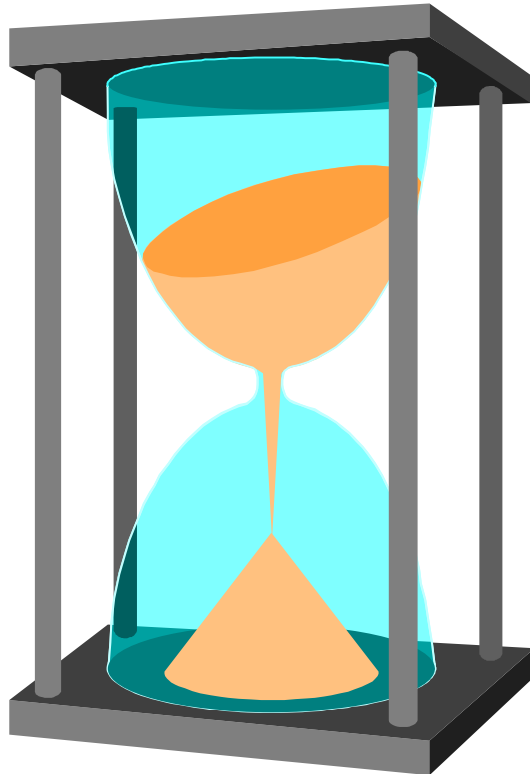
- Les limites personnelles : indiquent les zones d'inconfort et d'inefficacité personnelle en intervention ou lors de situations de crise.
- Les limites organisationnelles : la mission de notre organisme, notre rôle en intervention, les heures de disponibilité.
- Les limites de l'aidé : on ne peut obliger quelqu'un, ni agir à sa place.

Chaque membre de l'équipe doit s'attendre, admettre, comprendre :

- qu'il sera bousculé;
- qu'il a un pouvoir partiel, mais réel, qui peut être déterminant;
- que la personne suicidaire a une responsabilité dans la relation d'aide;
- que le suicide nous interpelle tous, chacun à sa façon;
- qu'il doit être patient et respecter les limites et le rythme de l'autre;
- qu'il y a des limites qu'il faut connaître et respecter;
- qu'il ne peut pas tout régler tout de suite;
- qu'il ne peut pas tout régler à la place de l'autre;
- que certains problèmes n'ont pas de solutions;
- qu'il se bat contre la souffrance et le désespoir et non contre la mort;
- qu'il est absolument nécessaire de partager son intervention;
- qu'il doit rester à l'écoute de lui-même dans cette démarche;
- qu'il doit consulter au besoin et briser son isolement;
- qu'il ne doit pas travailler seul;
- que la douleur prendra du temps à s'estomper;
- qu'il ne peut pas changer l'autre, mais l'accompagner dans son changement;
- qu'il doit se faire confiance;
- qu'il doit référer au besoin.

Inspiré du texte : *S'attendre, Admettre, Comprendre* par Serge Devarennès, M. Ps.

La crise suicidaire

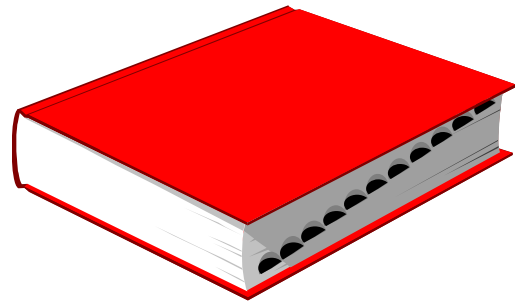


Sommaire

1. Comprendre la crise suicidaire
2. Plan d'action pour les situations de crise suicidaire :
 - A) Quoi faire si un élève suicidaire se présente à vous pour demander de l'aide?
 - B) Quoi faire si un membre du personnel vous fait part des intentions suicidaires d'un élève?
 - C) Quoi faire si un élève vous fait part des intentions suicidaires de son ami?

1. Comprendre la crise suicidaire

Intervenir auprès des élèves suicidaires est difficile. C'est un terrain délicat où les possibilités de passage à l'acte ne laissent parfois qu'une marge de manœuvre étroite aux intervenants. Pour les membres d'une équipe d'intervention-suicide, il ne s'agit pas seulement d'empêcher une personne de mourir, mais également de comprendre pourquoi un élève se trouve ainsi seul et sans solution à sa souffrance et à ses conflits. Afin de mieux comprendre le problème du suicide chez les élèves de l'école, nous présentons quelques éléments de réponses aux questions suivantes :



- Qui sont ces élèves suicidaires?
- Le suicide est-il encore tabou?
- Quelles sont les étapes du processus suicidaire?
- Comment reconnaître les signes avant-coureurs?

■ Qui sont ces élèves suicidaires?

Comme tous les autres élèves



- ✓ La plupart d'entre eux sont en pleine période de croissance et de développement.
- ✓ Ils font face à des changements majeurs auxquels ils ne sont pas nécessairement bien préparés.
- ✓ Leurs stratégies d'adaptation sont moins nombreuses étant donné leur courte expérience de vie.
- ✓ Ils doivent trouver des moyens pour accéder à l'indépendance économique (choix d'un métier, poursuite des études, etc.).
- ✓ Ils doivent acquérir la compétence, la maturité et l'autonomie.
- ✓ Ils doivent parfaire leur développement psychosexuel et en assumer les choix.
- ✓ Ils sont dans la génération de l'individualisme, de l'impersonnel.
- ✓ Ils doivent performer à presque tous les niveaux car la compétition est féroce.
- ✓ Ils peuvent vivre des pertes importantes : séparation familiale, divorce, suicide d'un ami, emplois précaires des parents.
- ✓ Ils sont exposés quotidiennement à des messages comme celui d'un avenir sans débouchés, sans perspectives d'emplois.
- ✓ Ils n'ont pas toujours de modèles reconnus en matière de règle et de fonctionnement.
- ✓ Ils sont dans une période de transition où de nouveaux modèles sont à inventer, surtout sur le plan de la famille. Cette période de transition vers d'autres modèles est insécurisante et ne facilite certainement pas cette période d'adaptation.

(Tiré de Raymond, S., 1993)

Certains facteurs prédisposent à des comportements suicidaires



- ✓ Un suicide dans la famille.
- ✓ L'alcoolisme ou la toxicomanie des parents.
- ✓ La négligence parentale.
- ✓ Les abus, la violence physique et verbale.
- ✓ Les placements répétitifs en famille d'accueil.
- ✓ Les difficultés d'intégration sociale liées à l'absence de relations significatives avec les proches et au déracinement (ex. : les déménagements répétitifs).
- ✓ Les problèmes d'adaptation scolaire.
- ✓ Les troubles de santé physique comme le diabète, le cancer, etc.
- ✓ Les problèmes de santé mentale.
- ✓ La faible estime de soi.

(Tiré de Raymond, S., 1993)

Certains facteurs déclenchent un comportement suicidaire



- ✓ Les déménagements répétitifs.
- ✓ Une querelle familiale.
- ✓ Un échec scolaire.
- ✓ Le rejet d'un groupe d'amis, une querelle.
- ✓ Une rupture amoureuse.
- ✓ Un placement en centre d'accueil.
- ✓ L'accessibilité aux moyens létaux (ex. : armes à feu, etc.).
- ✓ Etc.

■ Le suicide est-il encore tabou?

Pour faire face à ce qui est pour eux intangible, incompréhensible, insaisissable, les gens font appel encore aujourd'hui à des mythes, à des préjugés et à des croyances profondément inscrits dans la mentalité populaire. Il suffit d'observer ce qui se dit dans une école entre jeunes et au sein du personnel scolaire lorsqu'un élève a laissé entendre qu'il voulait se suicider. On peut rapidement s'apercevoir que les mythes concernant le suicide circulent encore fortement. Voici les mythes les plus fréquents :

Ceux qui en parlent ne le font pas	
<p><i>Il est faux de croire que :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Une personne vraiment décidée à mourir n'en parlera pas. <input type="checkbox"/> Lorsqu'une personne nous parle de son intention suicidaire, c'est que déjà elle va mieux! 	<p><i>La réalité c'est que :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Sur dix personnes qui se suicident, huit donnent des indices de leurs intentions suicidaires. <input type="checkbox"/> Le message, qu'il soit clair ou plus subtil, est un élément de dépistage des plus importants.

Ceux qui se suicident sont vraiment décidés à mourir	
<p><i>Il est faux de croire que :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> La personne suicidaire a choisi la mort. <input type="checkbox"/> La personne est fermement décidée à mourir. <input type="checkbox"/> La personne a pris une décision rationnelle. 	<p><i>La réalité c'est que :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Ce n'est pas la mort qui est recherchée mais la fin de la souffrance. <input type="checkbox"/> La personne suicidaire est ambivalente jusqu'au passage à l'acte. Pour elle, il n'y a plus d'autres solutions. Ce n'est pas un choix, mais la seule solution qui reste.

Le suicide est une question de courage ou de lâcheté	
<p><i>Il est faux de croire que :</i></p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Le geste suicidaire peut être un signe de lâcheté ou de courage.	<p><i>La réalité c'est que :</i></p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Pour la personne suicidaire, il n'y a ni courage, ni lâcheté puisqu'il n'y a pas d'autres choix possibles. Ce sont les autres qui posent le jugement, probablement en fonction de leurs propres limites et de leurs façons de faire face à un problème.

Suicidaire un jour, suicidaire toujours	
<p><i>Il est faux de croire que :</i></p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Une personne suicidaire sera toujours suicidaire.	<p><i>La réalité c'est que :</i></p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> La personne suicidaire est en état de crise. On estime que pour la moitié des personnes suicidaires cette crise sera ponctuelle, sans récurrence et peut même être une occasion d'apprentissage importante.<input type="checkbox"/> Pour certaines personnes suicidaires, on remarque un état de chronicité qui peut débuter au cours de l'enfance ou de l'adolescence, spécialement pour la population plus à risque.

Les personnes suicidaires sont malades mentalement	
<p><i>Il est faux de croire que :</i></p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Toutes les personnes suicidaires sont atteintes de troubles mentaux.	<p><i>La réalité c'est que :</i></p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Même si la majorité de personnes suicidées peuvent être diagnostiquées avec un problème de santé mentale, on estime que la majorité de la population suicidaire serait formée de personnes en crise suicidaire situationnelle et ne pourraient être diagnostiquées pour un trouble psychologique chronique.

■ Quelles sont les étapes du processus suicidaire?

1. L'état de vulnérabilité :

Comme le souligne Raymond (1993), toute personne essaie de maintenir un état d'équilibre dans sa vie. Lorsqu'un événement vient briser ce système d'équilibre, la personne veut retrouver son état antérieur en utilisant plusieurs stratégies d'adaptation. Chaque personne a appris, avec le temps, à traverser des situations difficiles et a mis au point une gamme personnelle de stratégies. À l'adolescence, toutefois, les stratégies ne sont pas très développées. En situation de crise, ces stratégies s'avèrent déficientes et ne ramènent pas l'équilibre, ce qui provoque un état de tension, une désorganisation et un stress important. La personne en crise tentera d'acquérir de nouveaux mécanismes. On parlera alors de résolution de la crise et, en certains cas, d'une résolution positive et d'une occasion d'apprentissage et de croissance personnelle.

« Par contre, il arrive que des essais répétés de solutions se soldent par des échecs. Déjà, en situation de souffrance, la personne se sent de plus en plus en perte de contrôle; elle passe alors à une phase aiguë de tension. Durant cette phase, des signes de perturbation se manifestent, tant sur le plan physique que psychique. La personne perd tout intérêt à ce qui l'entoure, elle peut s'isoler, montrer des signes de confusion, de perte de mémoire, etc. En même temps, plus la situation perdure, plus la souffrance est importante, et moins la personne trouve de solutions. Cette phase aiguë ne peut être tolérée longtemps et la personne cherchera par tous les moyens à diminuer la souffrance, la tension et l'anxiété. » (Raymond, 1993)

Pour résoudre sa crise, elle peut prendre alors la voie de la psychosomatisation, de l'alcoolisme, de la toxicomanie, des antidépresseurs, etc. Tout moyen propre à engourdir la souffrance à court terme peut être utilisé. Selon Raymond (1993), cette résolution de crise est précaire et on peut s'attendre à ce que la personne retombe en crise à la prochaine situation un peu difficile. Finalement, si rien n'apporte un soulagement, la personne envisagera le suicide comme la solution unique pour mettre fin à sa souffrance. On parlera alors d'une crise suicidaire.

2. L'état de crise suicidaire :

Au cours du processus suicidaire, l'idée du suicide prend de plus en plus de place pour devenir la seule solution qui reste. Selon Raymond (1993), le point important à retenir c'est que ce n'est pas la mort qui est recherchée mais la fin de la souffrance. Tout au long de ce processus, l'ambivalence est présente et si quelqu'un est là, écoute et offre une solution de rechange, le processus suicidaire peut être freiné.

De façon générale, le processus suicidaire comprend quatre grandes étapes : l'idéation, la rumination, la cristallisation et le passage à l'acte. Au point de départ, rappelons que la personne en crise cherche des solutions à une situation difficile et souffrante. Parmi ces solutions, se trouve en filigrane un besoin de fuir la douleur qui peut se traduire par des réflexions telles : « J'aimerais être six pieds sous terre... Je serais bien mieux mort... ». Cette idée du « ne plus être là à souffrir » peut disparaître et réapparaître un peu plus tard.

« Puis, à travers l'élimination des solutions tentées sans succès, le suicide revient avec plus de force et fait partie de la gamme des solutions qui restent. On parle ici de l'étape de la rumination, étape au cours de laquelle la personne jongle avec l'idée du suicide. Il est important de souligner à quel point cette étape est difficile pour la personne. Celle-ci se demande si elle n'est pas en train de devenir folle, et de se voir penser au suicide augmente encore plus son désespoir et sape le peu d'énergie qui lui reste. » (Raymond, 1993)

« À l'étape de la cristallisation, la personne en crise considère le suicide comme l'ultime solution à sa souffrance. Le problème devient alors le geste suicidaire et sa mise en œuvre; la personne prépare son plan, écrit des lettres d'adieu, règle ses affaires. La planification porte sur le « où », le « quand » et le « comment ». À cette étape, les personnes suicidaires peuvent montrer à leur entourage une image de calme et de sérénité; cette image est compréhensible puisque bientôt il n'y aura plus de souffrance, la solution est là. Ces personnes sont souvent coupées de leurs émotions et s'isolent encore plus des autres. » (Raymond, 1993)

Bien que comprenant des étapes séquentielles, le processus suicidaire peut différer en durée et le passage à l'acte peut être précipité par un élément déclencheur qui, de l'extérieur, peut sembler sans grande importance. Cependant, comme le souligne Raymond (1993), pour la personne suicidaire c'est souvent « ce qui fait déborder le vase ». Par ailleurs, il faut insister sur l'ambivalence, sur toutes les possibilités de freiner ce processus et d'ouvrir la porte à l'espoir, à une vie moins souffrante. C'est à partir de cette ambivalence et de l'espoir que nous pouvons aider, soutenir la personne en crise et prévenir le suicide.

**Le processus suicidaire
« en bref »**

L'idéation

- ✓ C'est le début du processus suicidaire.
- ✓ Plusieurs solutions peuvent être tentées pour résoudre la crise.
- ✓ L'idée du suicide devient une solution parmi d'autres.
- ✓ L'idée du suicide peut disparaître et réapparaître un peu plus tard.



La rumination

- ✓ L'idée du suicide prend de l'importance dans les pensées.
- ✓ Les solutions envisagées, autres que le suicide, sont limitées.
- ✓ La personne s'isole de plus en plus.
- ✓ L'angoisse associée à l'idée du suicide attise sa souffrance.



La cristallisation

- ✓ Le suicide est devenu la seule solution, « à moins que... ».
- ✓ Le moyen, l'endroit et le moment du passage à l'acte se précisent.
- ✓ C'est le moment de tout « régler » (ex. : écrire une lettre d'adieu, donner ses objets, etc.).
- ✓ C'est le calme, la sérénité « car tous les problèmes seront bientôt finis ».



Passage à l'acte

Notez bien : Le processus peut être freiné à tout moment si la personne obtient de l'aide.

Schéma inspiré de : *Schématisation du processus suicidaire*, Phaneuf, J. et M. Séguin, 1987.

■ Comment reconnaître les signes avant-coureurs?

Par des messages	
DIRECTS	INDIRECTS
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Allusions à la mort et messages verbaux « ex. : je veux en finir ». ✓ Menaces de suicide. ✓ Comportements automutilants. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Préparation pour un départ sans précision sur la destination. ✓ Dons d'objets chers, de dessins ou de travaux en rapport avec la mort. ✓ Intérêt soudain pour les armes à feu et autres moyens létaux.

Par des symptômes	
PHYSIQUES	PSYCHOLOGIQUES
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Troubles du sommeil. ✓ Troubles de l'appétit. ✓ Manque d'énergie. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Incapacité de prendre plaisir à quoi que ce soit, apathie. ✓ Indécision, difficultés de concentration. ✓ Agressivité et irritabilité, anxiété. ✓ Faible estime de soi, se dévalorise.

Par des changements soudains	
AU NIVEAU SCOLAIRE	DANS LES ATTITUDES
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Manque d'attention en classe. ✓ Absences inhabituelles aux cours. ✓ Chute des performances académiques. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Attrait et préoccupation face à la mort. ✓ Négligence de l'apparence. ✓ Consommation excessive (alcool, etc.).

N.B. : La présence d'un seul de ces signes ne signifie pas qu'une personne est suicidaire. C'est l'accumulation des signes qui peut être révélatrice.

2. Plan d'action pour les situations de crise suicidaire

■ Le but :

Offrir une réponse rapide et appropriée à tout élève en situation de crise suicidaire à l'école, à ses pairs et à toute autre personne touchée par la crise suicidaire.

■ Les objectifs :

Arrêter le processus suicidaire avant qu'il y ait passage à l'acte.

Désamorcer la crise suicidaire.

Identifier les événements précipitants.

Identifier les mesures à prendre à court et à moyen termes.

■ Les groupes visés :

Tous les élèves de l'école en crise suicidaire.

Tous les élèves de l'école qui expriment des idées suicidaires.

Les amis des élèves en crise suicidaire.

Le personnel scolaire qui est touché par un élève en crise suicidaire.

■ Les rôles et les responsabilités du personnel de l'école :

Le personnel de l'école (enseignants, secrétaires, concierges, etc.) se dit généralement prêt à aider l'élève en difficulté, mais éprouve certaines craintes quant aux responsabilités et au rôle qu'on veut lui faire jouer, dont celui de thérapeute.

C'est pourquoi, nous tenons à préciser ici que le personnel de l'école devrait essentiellement se limiter à agir comme agent de liaison entre l'élève suicidaire et les membres de l'équipe d'intervention-suicide.

D'ailleurs, la démarche de prévention du suicide à l'école a prévu, pour les membres du personnel, un guide simple et facile à utiliser ainsi qu'une rencontre de sensibilisation, lesquels apporteront un soutien complémentaire à celui qui leur sera offert par l'équipe d'intervention-suicide. Le guide propose essentiellement ce qui suit :

-1- Si un membre du personnel a des doutes sur les intentions suicidaires d'un élève, il devrait pouvoir :
<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Initier un échange ouvert avec l'élève.<input type="checkbox"/> Aborder ouvertement la question du suicide.<input type="checkbox"/> Vérifier l'urgence suicidaire (où, quand, comment).<input type="checkbox"/> Exprimer clairement à l'élève qu'il a besoin d'être aidé par une ressource de l'école dans l'immédiat, s'il y a urgence suicidaire.<input type="checkbox"/> Communiquer avec un membre de l'équipe d'intervention-suicide, pendant ou après la rencontre avec l'élève, pour l'aviser de la situation.<input type="checkbox"/> Référer ou accompagner l'élève auprès d'un membre de l'équipe d'intervention-suicide, si nécessaire.

-2- Si un membre du personnel reçoit directement les confidences d'un élève suicidaire, il devrait pouvoir :
<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Vérifier l'urgence suicidaire de l'élève (où, quand, comment).<input type="checkbox"/> Exprimer clairement à l'élève qu'il a besoin d'être aidé dans l'immédiat.<input type="checkbox"/> Communiquer avec un membre de l'équipe d'intervention-suicide, pendant ou après la rencontre avec l'élève, pour l'aviser de la situation.<input type="checkbox"/> Référer ou accompagner l'élève auprès d'un membre de l'équipe d'intervention-suicide.

-3-

Si un membre du personnel est avisé par un élève que son ami pense au suicide, il devrait pouvoir :

- Exprimer clairement à l'élève que son ami a besoin d'être aidé dans les plus brefs délais.
- Communiquer avec un membre de l'équipe d'intervention-suicide, pendant ou après la rencontre avec l'élève qui a reçu la confiance, pour l'aviser de la situation.
- Référer ou accompagner l'élève qui a reçu la confiance auprès d'un membre de l'équipe d'intervention-suicide.

-4-

Si un membre du personnel ne se sent pas en mesure d'aider ou de référer, il est suggéré de :

- Prendre contact, dans les plus brefs délais, avec un membre de l'équipe d'intervention-suicide afin de lui faire part de ses doutes ou des confidences qu'il a reçues de l'élève suicidaire ou de l'ami d'un élève suicidaire.

■ **Les rôles et responsabilités des membres de l'équipe auprès des élèves suicidaires :**

Les membres de l'équipe	Le coordonnateur de l'équipe	L'intervenant psychosocial de l'équipe
<p>1- Dépistent et reçoivent les demandes d'aide.</p> <p>2- Évaluent le degré d'urgence suicidaire de l'élève.</p> <p><i>Si l'urgence est faible :</i></p> <p>3- Poursuivent leurs interventions auprès de l'élève (réf. page 39) et valident leurs interventions auprès de l'intervenant psychosocial de l'équipe.</p> <p><i>Si l'urgence est moyenne ou élevée :</i></p> <p>4- Réfèrent l'élève au coordonnateur ou à l'intervenant psychosocial de l'équipe.</p>	<p>1- Assure le lien entre l'élève et l'intervenant psychosocial lorsqu'il évalue que les interventions réalisées par un membre de l'équipe ou par lui-même ne sont pas suffisantes pour résorber la situation.</p> <p>2- Contacte l'intervenant psychosocial de l'équipe afin que celui-ci puisse rencontrer l'élève dans les plus brefs délais si l'urgence est moyenne ou élevée, ou encore s'il juge qu'il ne peut intervenir seul avec un élève suicidaire.</p> <p>3- Réunit l'équipe lorsque des situations de crise suicidaire sont jugées par un ou plusieurs membres de l'équipe comme étant complexes ou difficiles à résoudre.</p>	<p>1- Assure la prise en charge de l'élève qui lui a été référé.</p>

A) Quoi faire si un élève suicidaire se présente à vous pour demander de l'aide?

1 Initiez un échange ouvert

- ✓ *Avant tout, choisissez un lieu propice à l'échange.*
- ✓ *Établissez un contact franc, direct et respectueux avec l'élève.*
- ✓ *Exprimez-vous avec calme.*
- ✓ *Tolérez les silences.*
- ✓ *Communiquez-lui votre désir de l'aider.*
- ✓ *Validez et acceptez l'élève dans ce qu'il vit (ex. : Je comprends que cela t'est pénible).*
- ✓ *Centrez-vous sur les émotions de l'élève. Aidez-le à préciser ses émotions (ex. : Je te sens anxieux! Peux-tu me dire ce qui te rend si anxieux?).*
- ✓ *Prenez au sérieux ce qui peut vous paraître banal. Aidez-le à préciser les termes qu'il utilise. Par exemple, il dira : « tout est de la merde, j'en peux plus! » avec l'impression d'avoir tout dit.*
- ✓ *Tentez de décoder son niveau de langage et d'utiliser un langage qui le rejoint. Proposez-lui des images et des concepts qui peuvent l'aider à comprendre ce qu'il vit (ex. : Parfois lorsqu'on a très mal on peut penser à notre mort). Il vous laissera probablement entrer plus facilement dans son univers.*

Pièges :

- *Transmettre vos propres jugements de valeur.*
- *Devenir impatient.*

② Abordez ouvertement la question du suicide

- ✓ *Si vous avez des doutes sur les intentions suicidaires de l'élève, n'hésitez pas à lui demander s'il pense au suicide ou à mourir **actuellement**. Au mieux, il vous dira non.*
- ✓ *S'il vous dit qu'il pense à se suicider, il est important de réagir immédiatement en évaluant **l'urgence suicidaire** de l'élève.*

Piège :

- *Minimiser la souffrance que vit et qu'exprime l'élève.*

③ Évaluez l'urgence suicidaire de l'élève

- ✓ *L'urgence suicidaire est la probabilité que la personne en crise suicidaire s'enlève la vie dans les 48 prochaines heures. Il s'agit d'une probabilité à court terme qui tient compte de l'état de la crise du moment. Cette probabilité est évaluée sur une échelle de 1 à 8 et comme étant **faible, moyenne** ou **élevée**.*
- ✓ *L'urgence concerne moins l'histoire de la personne et ses antécédents suicidaires, mais fait surtout référence à ce que la personne vit présentement : la crise actuelle.*
- ✓ *Les critères d'évaluation sont donc plus difficiles à établir étant donné que l'urgence peut varier d'un jour à l'autre.*
- ✓ *L'urgence fait appel à la pertinence d'intervenir dans les 48 prochaines heures.*

Pour vous aider à savoir si l'urgence suicidaire d'un élève est faible, moyenne ou élevée, référez-vous au tableau présenté à la page suivante.

Grille d'évaluation de l'urgence suicidaire

Faible	1 <i>Vulnérabilité</i> La personne ne pense pas au suicide	2 <i>Flashes</i> La personne a parfois des flashes suicidaires	3 <i>Idéation suicidaire</i> La personne pense au suicide de plus en plus souvent
	4 Le COQ prend de plus en plus forme Certains éléments du plan ne sont pas fixés <i>De la ruminantion à la cristallisation</i>		
	5 Le COQ est dans plus de 48 heures Tous les éléments du plan sont fixés et le Quand est dans plus de 48 heures		
Élevée	6 Le COQ est dans moins de 48 heures	7 Le COQ est planifié dans l'immédiat	8 <i>La tentative est en cours</i>

- Si vous croyez que l'élève est en urgence suicidaire **faible**, « allez aux pages 39 et 40 ».
- Si vous croyez que l'élève est en urgence suicidaire **moyenne**, « allez aux pages 41 et 42 ».
- Si vous croyez que l'élève est en urgence suicidaire **élevée**, « allez aux pages 43 et 44 ».

Indices d'évaluation de l'urgence suicidaire

URGENCE FAIBLE 1-2-3	URGENCE MOYENNE 4-5	URGENCE ÉLEVÉE 6-7-8
<p>Urgence 1 : État de vulnérabilité</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ L'élève est anxieux mais demeure relativement calme. ⇒ L'élève a besoin d'être écouté et supporté. ⇒ L'élève veut des informations et des conseils. ⇒ L'élève n'a pas d'idées suicidaires. 	<p>Urgence 4 : Le COQ (comment, où, quand) prend forme</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ L'élève pense au suicide constamment, presque tous les jours. Il peut même être obsédé par ce projet. Son champ de conscience se rétrécit : il perçoit de moins en moins d'alternatives au suicide. ⇒ Tous les éléments du plan suicidaire ne sont pas déterminés : l'élève peut commencer à penser à un moyen et à quand il voudrait se suicider, mais rien n'est décidé de façon définitive. ⇒ La personne est très anxieuse mais ses émotions demeurent contrôlées. ⇒ L'élève ressent une grande ambivalence par rapport à son plan suicidaire, car son désir de vivre est perceptible et il garde un espoir de s'en sortir. Il faut toutefois tenir compte de l'impulsivité, qui est caractéristique à l'adolescence. 	<p>Urgence 6 : Le COQ est planifié dans moins de 48 heures</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ La planification du suicide est complète. Le passage à l'acte est planifié dans les 48 heures : la personne est décidée, la planification du suicide est claire; la méthode est choisie, les préparatifs ont été réalisés et le moyen est disponible. ⇒ L'élève peut expliquer rationnellement son intention de se suicider. ⇒ L'élève est très agité ou, au contraire, coupé de ses émotions. ⇒ L'élève peut ne pas vouloir d'aide, ou affirmer qu'on ne le comprend pas.
<p>Urgence 2 : Flashes</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ L'élève ne semble pas en crise. ⇒ L'élève est troublé mais pas en perte de contrôle. ⇒ L'élève a des idéations suicidaires diffuses ou des idéations suicidaires plus précises, mais très brèves et non ruminées. 	<p>Urgence 5 : Le COQ est planifié, mais dans plus de 48 heures</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ L'élève pense que le suicide est la seule solution, ou a retenu le suicide comme l'option principale pour résoudre sa situation. ⇒ La personne a une vision en tunnel, c.-à-d. un champ de conscience très limité et la pensée devient dichotomique : vivre ou mourir. ⇒ La planification du suicide est en cours : le moment du suicide peut être déterminé, mais ce moment est dans plus de 48 heures. Le moyen peut être déterminé et accessible. ⇒ L'équilibre émotif de l'élève est très fragile. ⇒ L'ambivalence face au suicide est moins grande : son désir de mourir prend de plus en plus d'importance. 	<p>Urgence 7 : Possibilité de tentative dans l'immédiat</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ La planification du suicide est complétée (comment, où, quand). Le moyen est disponible. ⇒ L'élève menace de passer à l'acte durant l'entretien ou immédiatement après la fin de l'entretien. ⇒ L'élève peut expliquer rationnellement son intention de se suicider. ⇒ L'élève est très agité ou, au contraire, coupé de ses émotions. ⇒ L'élève peut ne pas vouloir d'aide, ou affirmer qu'on ne le comprend pas.
<p>Urgence 3 : Idéation</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ Les idées suicidaires reviennent régulièrement (qqf./semaine). ⇒ L'élève semble vouloir attendre avant de passer à l'acte. ⇒ L'élève accepte notre aide (qu'on le rencontre, de faire des démarches). ⇒ L'élève a encore des projets (vérifiez la question de projets de voyage ou de départ de l'école). ⇒ L'élève reprend espoir. 		<p>Urgence 8 : Tentative en cours</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ La personne a mis en œuvre son plan suicidaire et a posé son geste suicidaire. À ce niveau d'urgence, l'intervention médicale est nécessaire. L'intervenant doit communiquer avec les ressources appropriées. L'intervenant n'a pas à évaluer ou à juger lui-même de la létalité du moyen utilisé.

Si l'urgence suicidaire est



✓ Explorez le problème avec l'élève

Le but premier de votre intervention est de désamorcer la situation de crise, de permettre à l'élève de partager son désespoir. Il est nécessaire de cerner le plus étroitement possible ce qui ne va pas dans *l'immédiat*. Rappelons qu'il ne s'agit pas ici de régler en quinze minutes une vie perçue comme insoutenable, mais plutôt de mettre un peu d'ordre dans toute la souffrance ressentie ici et maintenant, quitte à composer avec les autres problèmes quand la crise sera apaisée. Le plus simple est de demander à l'élève : « **Qu'est-ce qui te fait si mal au point de vouloir mourir?** ».

Identifiez les événements qui ont déclenché l'apparition des idées suicidaires (ex. : échecs scolaires, rejet des pairs, etc.) et les stressés récents (ex. : ruptures amoureuses, décès d'un parent, divorce ou séparation des parents, etc.). Soyez précis et concret. Centrez-vous sur les difficultés actuelles de l'élève plutôt que de reconstruire le passé.

✓ Centrez-vous sur un aspect du problème

Expliquez à l'élève ce que vous voyez comme étant le problème le plus pressant et la zone sur laquelle on doit se concentrer. Cela permet de prendre les problèmes un à la fois, de structurer le reste de l'intervention et d'être actif dans la résolution de la situation difficile. Puis, demandez à l'élève comment il voit la situation et ce qu'il considère comme étant la difficulté ou le problème le plus pressant ou celui qu'il veut travailler d'abord. Si l'élève est ébranlé et ne se sent pas en mesure de prendre des décisions, vous aurez à prendre l'initiative. Décidez avec l'élève, autant que possible, d'une difficulté ou d'un problème sur lequel vous allez mettre l'accent. Échanger avec l'élève lui donne de la force et de l'espoir.

✓ Identifiez les alternatives

D'abord, aidez l'élève à voir son problème dans une perspective plus large (ex. : *Est-ce que c'est possible que dans un mois les choses te paraîtront moins insurmontables? Ou encore : D'autres personnes ont vécu ce que tu vis, peut-être qu'avec de l'aide tu pourrais trouver une autre solution que le suicide pour t'en sortir?*). N'hésitez pas à lui refléter son ambivalence face au suicide (ex. : *Il me semble qu'il y a une partie de toi qui veut vivre, que ce n'est pas tant la mort que tu cherches, mais plutôt d'avoir moins mal*).

Compte tenu de l'impulsivité de l'adolescent, le passage à l'acte est souvent plus rapide que chez l'adulte. Il faut donc l'amener rapidement à des alternatives. Développez une entente sur des actions conjointes avec des buts spécifiques à atteindre et des tâches sur lesquelles mettre l'accent. L'objectif est de procéder le plus rapidement possible à la résolution du problème et à la réorganisation du fonctionnement ou, au moins, à mettre fin à la désorganisation de la personne. Identifiez les ressources internes de l'élève et les stratégies qu'il a déjà utilisées lors de moments difficiles. Mettez sur les stratégies qui ont apporté des résultats positifs. Faites une liste de toutes les possibilités en identifiant celles qui sont plus acceptables pour lui.

Pièges :









- Donner vos recettes du bonheur.
- Vous centrer uniquement sur votre analyse de la situation, en négligeant sa perception de ce qu'il vit.

✓ **Réévaluez l'urgence suicidaire en fin d'entrevue**

Réévaluer l'urgence suicidaire vous permettra de vérifier si l'élève perçoit réellement d'autres alternatives au suicide à la fin de la rencontre. Prévoyez au moins une autre rencontre avec l'élève afin de réévaluer la situation.

✓ **Assurez-vous que l'élève aura du soutien au besoin**

Il se peut que l'élève pense de nouveau au suicide s'il rencontre d'autres situations difficiles au cours des prochaines semaines. Même si vous avez évalué une urgence suicidaire faible, donc sans risque apparent de passage à l'acte dans les prochaines semaines, assurez-vous que le jeune aura le réflexe de communiquer avec une ressource mentionnée ci-dessous, avec vous ou avec un adulte en qui il a confiance si ses idées suicidaires deviennent plus intenses. Dites-lui de communiquer avec vous lorsqu'il en ressentira le besoin ou référez-le aux ressources suivantes pour les urgences :

- | | | | | |
|--|---|----------------|---|--------------------|
| • Tel-Jeunes : |  | 1 800 263-2266 |  | 24/24 h, 7/7 jours |
| • Ligne de prévention du suicide de la GÎM : |  | 1 877 666-4422 |  | 24/24 h, 7/7 jours |
| • _____ |  | _____ |  | _____ |
| • _____ |  | _____ |  | _____ |

Si l'urgence suicidaire est



✓ Évaluez la pertinence d'assurer la sécurité de l'élève

Compte tenu de l'impulsivité qui est caractéristique à l'adolescence, l'urgence peut fluctuer rapidement. Il faudra donc évaluer le besoin d'assurer la sécurité de l'élève, soit en soustrayant le moyen de son environnement, en reportant le geste dans le temps ou en brisant le motif qui l'amène à vouloir poser ce geste (en continuant l'intervention décrite ci-dessous). Par exemple, on peut impliquer la famille afin de soustraire le moyen de l'environnement de l'élève ou pour lui fournir un suivi approprié.

✓ Explorez le problème avec l'élève

Le but premier de votre intervention est de désamorcer la situation de crise, de permettre à l'élève de partager son désespoir. Il est nécessaire de cerner le plus étroitement possible ce qui ne va pas dans ***l'immédiat***. Rappelons qu'il ne s'agit pas ici de régler en quinze minutes une vie perçue comme insoutenable, mais plutôt de mettre un peu d'ordre dans toute la souffrance ressentie ici et maintenant, quitte à composer avec les autres problèmes quand la crise sera apaisée. Le plus simple est de demander à l'élève : « **Qu'est-ce qui te fait si mal au point de vouloir mourir?** ».

Identifiez les événements qui ont déclenché l'apparition des idées suicidaires (ex. : échecs scolaires, rejet des pairs, etc.) et les stressors récents (ex. : ruptures amoureuses, décès d'un parent, divorce ou séparation des parents, etc.). Soyez précis et concret. Centrez-vous sur les difficultés actuelles de l'élève plutôt que de reconstruire le passé.

✓ Centrez-vous sur un aspect du problème

Expliquez à l'élève ce que vous voyez comme étant le problème le plus pressant et la zone sur laquelle on doit se concentrer. Cela permet de prendre les problèmes un à la fois, de structurer le reste de l'intervention et d'être actif dans la résolution de la situation difficile. Puis, demandez à l'élève comment il voit la situation et ce qu'il considère comme étant la difficulté ou le problème le plus pressant ou celui qu'il veut travailler d'abord. Si l'élève est ébranlé et ne se sent pas en mesure de prendre des décisions, vous aurez à prendre l'initiative. Décidez avec l'élève, autant que possible, d'une difficulté ou d'un problème sur lequel vous allez mettre l'accent. Échanger avec l'élève lui donne de la force et de l'espoir.

✓ Identifiez les alternatives

D'abord, aidez l'élève à voir son problème dans une perspective plus large (ex. : *Est-ce que c'est possible que dans un mois les choses te paraîtront moins insurmontables? Ou encore : D'autres personnes ont vécu ce que tu vis, peut-être qu'avec de l'aide tu pourrais trouver une autre solution que le suicide pour t'en sortir?*). N'hésitez pas à lui refléter son ambivalence face au suicide (ex. : *Il me semble qu'il y a une partie de toi qui veut vivre, que ce n'est pas tant la mort que tu cherches, mais plutôt d'avoir moins mal*).

Compte tenu de l'impulsivité de l'adolescent, le passage à l'acte est souvent plus rapide que chez l'adulte. Il faut donc l'amener rapidement à des alternatives. Développez une entente sur des actions conjointes avec des buts spécifiques à atteindre et des tâches sur lesquelles mettre l'accent. L'objectif est de procéder le plus rapidement possible à la résolution du problème et à la réorganisation du fonctionnement ou, au moins, à mettre fin à la désorganisation de la personne. Identifiez les ressources internes de l'élève et les stratégies qu'il a déjà utilisées lors de moments difficiles. Mettez sur les stratégies qui ont apporté des résultats positifs. Faites une liste de toutes les possibilités en identifiant celles qui sont plus acceptables pour lui.

Pièges

- Donner vos recettes du bonheur.
- Vous centrer uniquement sur votre analyse de la situation, en négligeant sa perception de ce qu'il vit.

✓ Réévaluez l'urgence suicidaire en fin d'entrevue

Réévaluer l'urgence suicidaire vous permettra de vérifier si l'élève perçoit réellement d'autres alternatives au suicide à la fin de la rencontre.

✓ Prévoyez une autre rencontre avec l'élève dans les deux prochains jours











Insistez auprès de l'élève pour le revoir dans les deux prochains jours. À ce stade-ci, l'élève a besoin d'être suivi.

✓ Explorez la pertinence de communiquer avec un adulte significatif

L'élève en urgence suicidaire moyenne présente un équilibre émotionnel et mental fragile. Les premières personnes concernées par la situation devraient être les parents de cet élève. Il est donc pertinent que vous exploriez avec l'élève la possibilité de communiquer avec les parents si l'intention suicidaire persiste ou demeure inquiétante. Avec l'accord de l'élève, vous pourrez indiquer aux parents que leur enfant semble préoccupé et qu'il a sans doute besoin d'un soutien particulier. Si les parents ne veulent pas ou ne semblent pas pouvoir apporter le soutien nécessaire à l'enfant, **et si la crise suicidaire ne risque pas de compromettre** la sécurité du jeune dans les prochains jours, assurez-vous minimalement que l'élève soit le plus possible en présence de personnes fiables jusqu'au moment de la prochaine rencontre. (Pour les moins de 14 ans, l'intervenant doit systématiquement aviser les parents de la situation)

✓ Établissez une entente claire

Évaluez la pertinence d'établir avec l'élève un contrat de non-suicide. Le contrat peut être verbal ou écrit. L'important est de s'assurer, dans ce contrat, que le jeune aura le réflexe de communiquer avec vous ou avec une des ressources suivantes si ses idées suicidaires deviennent plus intenses.

- | | | | | |
|--|---|----------------|---|--------------------|
| • Tel-Jeunes : |  | 1 800 263-2266 |  | 24/24 h, 7/7 jours |
| • Ligne de prévention du suicide de la GÎM : |  | 1 877 666-4422 |  | 24/24 h, 7/7 jours |
| • _____ |  | _____ |  | _____ |
| • _____ |  | _____ |  | _____ |
| • _____ |  | _____ |  | _____ |

Si l'urgence suicidaire est



✓ Assurez la sécurité de l'élève

Il faudra assurer la sécurité de l'élève en soustrayant le moyen de son environnement, en reportant le geste dans le temps ou en brisant le motif qui l'amène à vouloir poser ce geste (en continuant l'intervention décrite ci-dessous). N'hésitez pas à faire appel aux membres de l'équipe, aux parents ou à d'autres ressources (le Centre hospitalier) afin de briser le plan suicidaire.

✓ Explorez le problème avec l'élève

Le but premier de votre intervention est de désamorcer la situation de crise, de permettre à l'élève de partager son désespoir. Il est nécessaire de cerner le plus étroitement possible ce qui ne va pas dans *l'immédiat*. Rappelons qu'il ne s'agit pas ici de régler en quinze minutes une vie perçue comme insoutenable, mais plutôt de mettre un peu d'ordre dans toute la souffrance ressentie ici et maintenant, quitte à composer avec les autres problèmes quand la crise sera apaisée. Le plus simple est de demander à l'élève : « **Qu'est-ce qui te fait si mal au point de vouloir mourir?** ».

Identifiez les événements qui ont déclenché l'apparition des idées suicidaires (ex. : échecs scolaires, rejet des pairs, etc.) et les stressseurs récents (ex. : ruptures amoureuses, décès d'un parent, divorce ou séparation des parents, etc.). Soyez précis et concret. Centrez-vous sur les difficultés actuelles de l'élève plutôt que de reconstruire le passé.

✓ Centrez-vous sur un aspect du problème

Expliquez à l'élève ce que vous voyez comme étant le problème le plus pressant et la zone sur laquelle on doit se concentrer. Cela permet de prendre les problèmes un à la fois, de structurer le reste de l'intervention et d'être actif dans la résolution de la situation difficile. Puis, demandez à l'élève comment il voit la situation et ce qu'il considère comme étant la difficulté ou le problème le plus pressant ou celui qu'il veut travailler d'abord. Si l'élève est ébranlé et ne se sent pas en mesure de prendre des décisions, vous aurez à prendre l'initiative. Décidez avec l'élève, autant que possible, d'une difficulté ou d'un problème sur lequel vous allez mettre l'accent. Échanger avec l'élève lui donne de la force et de l'espoir.

✓ Identifiez les alternatives

D'abord, aidez l'élève à voir son problème dans une perspective plus large (ex. : *Est-ce que c'est possible que dans un mois les choses te paraîtront moins insurmontables?* Ou encore : *D'autres personnes ont vécu ce que tu vis, peut-être qu'avec de l'aide tu pourrais trouver une autre solution que le suicide pour t'en sortir?*). N'hésitez pas à lui refléter son ambivalence face au suicide (ex. : *Il me semble qu'il y a une partie de toi qui veut vivre, que ce n'est pas tant la mort que tu cherches, mais plutôt d'avoir moins mal*).

Compte tenu de l'impulsivité de l'adolescent, le passage à l'acte est souvent plus rapide que chez l'adulte. Il faut donc l'amener rapidement à des alternatives. Développez une entente sur des actions conjointes avec des buts spécifiques à atteindre et des tâches sur lesquelles mettre l'accent. L'objectif est de procéder le plus rapidement possible à la résolution du problème et à la réorganisation du fonctionnement ou, au moins, à mettre fin à la désorganisation de la personne. Identifiez les ressources internes de l'élève et les stratégies qu'il a déjà utilisées lors de moments difficiles. Mettez sur les stratégies qui ont apporté des résultats positifs. Faites une liste de toutes les possibilités en identifiant celles qui sont plus acceptables pour lui.

Pièges

- Donner vos recettes du bonheur.
- Vous centrer uniquement sur votre analyse de la situation, en négligeant sa perception de ce qu'il vit.

✓ Réévaluez l'urgence suicidaire en fin d'entrevue

Réévaluer l'urgence suicidaire vous permettra de vérifier si l'élève perçoit réellement d'autres alternatives au suicide à la fin de la rencontre.

✓ Avisez les parents ou la DPJ dans l'immédiat si l'élève refuse de collaborer

Si l'urgence suicidaire **élevée** persiste à la fin de la rencontre, plus précisément si vous croyez que l'élève a toujours l'idée de se suicider dans les 48 prochaines heures, il faut alors avertir l'élève que vous devez en aviser ses parents et les informer de votre inquiétude (même si le jeune a 14 ans et plus, vous avez l'obligation de le protéger). Il faut toutefois soutenir le jeune et prendre le temps nécessaire pour bien l'accompagner dans cette démarche. Puis, communiquez avec les parents afin de leur indiquer que leur enfant vit des difficultés importantes actuellement et qu'il a besoin d'un soutien particulier. Dans certains cas, si vous évaluez que les parents comprennent mal le risque encouru par leur enfant et ne prennent pas les mesures suffisantes pour le protéger, il vous incombe alors de signaler la situation à **la Direction de la protection de la jeunesse** :

☎ 1 800 463-4225
🕒 de 8 h 30 à 16 h 30

ou

☎ 1 800 463-0629
🕒 24/24 h, 7/7 jours

✓ Prévoyez une autre rencontre avec l'élève, au plus tard 24 heures après la première rencontre

Insistez auprès de l'élève, s'il n'est pas référé à la DPJ, pour le revoir dans les 24 heures qui suivront cette entrevue, avec ses parents si possible. À ce stade-ci, l'élève a besoin d'être suivi.

✓ Assurez-vous que l'élève aura du soutien

Informez le jeune qu'il peut toujours communiquer avec une ressource mentionnée ci-dessous, avec vous ou avec un adulte en qui il a confiance si ses idées suicidaires deviennent intenses. Dites-lui de communiquer avec l'une des ressources suivantes pour les urgences :

- Tel-Jeunes : ☎ 1 800 263-2266 🕒 24/24 h, 7/7 jours
- Ligne de prévention du suicide de la GÎM : ☎ 1 877 666-4422 🕒 24/24 h, 7/7 jours

Rappelez-vous vos limites personnelles et professionnelles (ex. : vous n'avez pas à assurer une disponibilité 24/7). Adjoignez-vous les ressources nécessaires et permettez-vous de ventiler en équipe sur la situation.

B) Quoi faire si un membre du personnel vous fait part des intentions suicidaires d'un élève?

① Rassurez la personne qui a reçu la confiance

- ✓ *Signifiez d'abord à la personne qu'elle a fait la bonne démarche en communiquant avec vous.*
- ✓ *Permettez-lui de verbaliser ses craintes et ses appréhensions face à l'élève suicidaire (sentiment de responsabilité, d'impuissance, de frustration, de colère, etc.).*
- ✓ *Normalisez ses sentiments (ex. : c'est normal de se sentir impuissant, je comprends que ça doit être difficile pour vous, etc.).*
- ✓ *Donnez-lui quelques informations au sujet des personnes suicidaires. Aidez-la à comprendre ce que vit l'élève suicidaire (souffrance, découragement, détresse, etc.). Démystifiez le suicide. L'entourage a besoin de comprendre les comportements suicidaires.*
- ✓ *Rassurez-la pour ce qui concerne la confidentialité de l'information transmise sur l'élève suicidaire.*

② Explorez la situation

 Si l'adulte n'a que des doutes sur les intentions suicidaires de l'élève :

- ✓ Aidez-le à préciser ce qui l'amène à croire que l'élève est suicidaire (ex. : comportements inhabituels en cours, texte ou dessin faisant allusion à la mort, comportements, etc.).
- ✓ Suggérez-lui de :
 - demander directement à l'élève si celui-ci pense à se suicider actuellement afin de vérifier ses propres doutes (au mieux, l'élève lui dira non);
 - vérifier si l'élève a planifié **où, quand et comment** il veut se suicider;
 - inciter l'élève à rencontrer le coordonnateur de l'équipe ou l'intervenant psychosocial de l'équipe, rapidement.

 Si l'adulte a reçu un message clair de l'élève suicidaire :

- ✓ Vérifiez s'il connaît les motifs qui ont amené l'élève à penser au suicide (rupture amoureuse, conflits familiaux, etc.).
- ✓ Demandez-lui s'il connaît l'urgence suicidaire de l'élève actuellement (ex. : est-ce que l'élève lui a parlé de son intention de se suicider dans les prochaines heures, dans les prochains jours, ou bien est-ce qu'il a plutôt signifié qu'il y pensait sans savoir quand, où et comment il voulait se suicider?).

Notez bien : Après avoir exploré la situation, vous aurez sans doute des informations plus ou moins précises sur l'urgence suicidaire de l'élève concerné.

- Si des indices vous laissent croire que l'urgence suicidaire est **faible**, allez à la page suivante.
- Si des indices vous laissent croire que l'urgence suicidaire est **moyenne** ou **élevée**, allez à la page 48.
- Si, au contraire, aucun indice ne permet ni à l'adulte, ni à vous d'évaluer l'urgence suicidaire, suggérez fortement à l'adulte de référer, sans délai, l'élève auprès d'un membre de l'équipe.

Si des indices vous laissent croire que l'urgence suicidaire est



☞ **Explorez avec l'adulte s'il désire poursuivre l'intervention avec l'élève suicidaire :**

Si oui :

- ✓ *Assurez-vous d'abord que la personne est en mesure émotionnellement d'aider l'élève.*
- ✓ *Aidez-le à identifier ses limites personnelles (ex. : sa disponibilité auprès de l'élève, son implication, les énergies à prévoir, etc.).*
- ✓ *Apportez un soutien constant à l'adulte dans sa démarche avec l'élève suicidaire, selon le processus suivant :*
 - explorer le problème avec l'élève;
 - se centrer sur un aspect du problème;
 - identifier les alternatives;
 - réévaluer l'urgence suicidaire à chaque fin de rencontre;
 - s'assurer que l'élève aura du soutien au besoin.

Si non :

- ✓ *Sugérez-lui de référer l'élève auprès du coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide en priorité auprès de l'intervenant psychosocial de l'équipe ou auprès d'un autre intervenant au choix de l'élève. Puis, suggérez à l'adulte de s'assurer de la disponibilité de l'intervenant choisi par l'élève.*

Si des indices vous laissent croire que l'urgence suicidaire est

moyenne ou **élevée**

- ✓ *Priorisez cette intervention dans votre horaire de travail.*
- ✓ *Revérifiez si l'urgence suicidaire de l'élève est toujours moyenne ou élevée.*
- ✓ *Si l'urgence est toujours moyenne ou élevée, avisez l'adulte que l'élève doit être rencontré le plus tôt possible par l'intervenant psychosocial de l'équipe.*

- ☞ **Si l'adulte vous confirme que l'élève accepte d'être rencontré par l'intervenant psychosocial de l'équipe ou par une autre ressource professionnelle :**
- ✓ *Supportez l'adulte dans sa démarche en lui offrant de fixer un rendez-vous avec l'intervenant psychosocial de l'équipe dans la prochaine heure.*
- ✓ *Vérifiez la disponibilité et l'intérêt de l'adulte à accompagner l'élève au CLSC, si aucun intervenant n'est disponible.*
- ✓ *Si l'adulte ne peut accompagner l'élève au CLSC, accompagnez vous-même l'élève, si possible. Autrement, vérifiez auprès du coordonnateur ses disponibilités dans l'immédiat.*

- ☞ **Si l'adulte vous confirme que l'élève refuse d'être rencontré par un intervenant psychosocial de l'équipe :**
- ✓ *Prévenez l'adulte que l'intervenant psychosocial de l'équipe doit rencontrer l'élève suicidaire dans l'immédiat, malgré son refus, vu la menace réelle d'un passage à l'acte dans les prochaines heures ou dans les prochains jours.*
- ✓ *Suggérez à l'adulte d'être franc avec l'élève suicidaire. Dites-lui de faire part à l'élève suicidaire de ses démarches auprès de l'intervenant psychosocial. Suggérez-lui de rassurer l'élève sur la confidentialité de la situation.*
- ✓ *Dites à l'adulte qu'il devra accompagner l'élève au bureau du coordonnateur afin que ce dernier puisse assurer une présence auprès de l'élève jusqu'à la rencontre avec l'intervenant psychosocial.*
- ✓ *Si le jeune refuse de se rendre au bureau du coordonnateur, allez vous-même, accompagné de l'adulte, au local où se trouve l'élève suicidaire et tentez de le convaincre de rencontrer l'intervenant psychosocial du CLSC.*
- ✓ *En dernier recours, contactez les parents ou, si ces derniers ne semblent pas disposés à assurer la protection de leur enfant, contactez la DPJ.*

C) Quoi faire si un élève vous fait part des intentions suicidaires de son ami?

① Rassurez l'élève qui a reçu la confiance

- ✓ *Signifiez d'abord à l'élève qu'il a fait la bonne démarche en communiquant avec vous.*
- ✓ *Permettez-lui de verbaliser ses craintes et ses appréhensions face à son ami suicidaire (sentiment de responsabilité, d'impuissance, de frustration, de colère, etc.).*
- ✓ *Vérifiez l'urgence suicidaire de cet élève.*
- ✓ *Normalisez ses sentiments (ex. : c'est normal de ne pas savoir quoi faire, je comprends que ça doit être difficile pour toi, etc.).*
- ✓ *Donnez-lui quelques informations au sujet des personnes suicidaires. Aidez-le à comprendre ce que vit l'élève suicidaire (souffrance, découragement, détresse, etc.). Démystifiez le suicide.
« L'entourage a besoin de comprendre ».*
- ✓ *Rassurez-le pour ce qui concerne la confidentialité de l'information transmise sur son ami suicidaire. Lui dire qu'il est important de ne jamais intervenir seul auprès d'une personne suicidaire; il ne faut donc jamais accepter de garder cela un « secret ».*

② Explorez la situation



Si l'élève n'a que des doutes sur les intentions suicidaires de son ami :

- ✓ Aidez-le à préciser ce qui l'amène à croire que son ami est suicidaire (ex. : comportements inhabituels, échecs scolaires, etc.).
- ✓ Suggérez-lui de :
 - demander directement à son ami si celui-ci pense à se suicider actuellement afin de vérifier ses propres doutes (au mieux, son ami lui dira non);
 - vérifier si son ami a planifié **où, quand et comment** il veut se suicider;
 - inciter l'élève à rencontrer le coordonnateur de l'équipe ou l'intervenant psychosocial de l'équipe, rapidement.



Si l'élève a reçu un message clair de son ami :

- ✓ Vérifiez s'il connaît les motifs qui ont amené son ami à penser au suicide (rupture amoureuse, conflits familiaux, etc.).
- ✓ Demandez-lui s'il connaît l'urgence suicidaire de son ami actuellement (ex. : est-ce que son ami lui a parlé de son intention de se suicider dans les prochaines heures, dans les prochains jours, ou bien est-ce qu'il a plutôt signifié qu'il y pensait sans savoir quand, où et comment il voulait se suicider?).

Notez bien : Après avoir exploré la situation, vous aurez sans doute des informations plus ou moins précises sur l'urgence suicidaire de l'élève concerné.

- Si des indices vous laissent croire que l'urgence suicidaire est **faible**, allez à la page suivante.
- Si des indices vous laissent croire que l'urgence suicidaire est **moyenne** ou **élevée**, allez à la page 52.
- Si, au contraire, aucun indice ne permet ni à l'élève, ni à vous d'évaluer l'urgence suicidaire de l'ami, suggérez fortement à l'élève qui a reçu la confiance de référer, sans délai, son ami auprès d'un membre de l'équipe. Si l'élève ne veut pas être référé, il faudra explorer la pertinence de faire rencontrer l'élève par l'intervenant psychosocial afin d'obtenir une évaluation de l'urgence (dans un premier temps, on peut le rencontrer en présence de son ami, surtout lorsqu'il y a eu pacte de secret entre ce dernier et l'élève).

Si des indices vous laissent croire que l'urgence suicidaire est



☞ **Explorez avec l'élève qui a reçu la confiance s'il désire poursuivre l'intervention avec son ami suicidaire :**

Si oui :

- ✓ *Assurez-vous d'abord que l'élève est en mesure émotionnellement d'aider son ami suicidaire.*
- ✓ *Aidez-le à identifier ses limites personnelles (ex. : sa disponibilité auprès de son ami, son implication, les énergies à prévoir, etc.).*
- ✓ *Encadrez l'élève dans sa démarche auprès de son ami, en lui suggérant des pistes d'intervention selon le processus suivant :*
 - évaluer l'urgence suicidaire;
 - explorer le problème avec son ami, l'aider à voir plus clair dans ses difficultés;
 - lui indiquer de bons endroits pour trouver le soutien dont il a besoin;
 - l'accompagner vers une ressource ou un adulte en qui il a confiance.
- ✓ *Apportez un soutien constant à l'élève dans sa démarche d'aide avec son ami suicidaire. Il ne faudra pas hésiter à décharger l'élève et vous substituer, comme adulte, si l'urgence augmente ou si le jeune atteint ses limites. En urgence faible, l'élève peut être impliqué dans les démarches d'aide auprès de son ami s'il est supervisé, mais la responsabilité première de l'intervention incombe à l'intervenant.*

Si non :

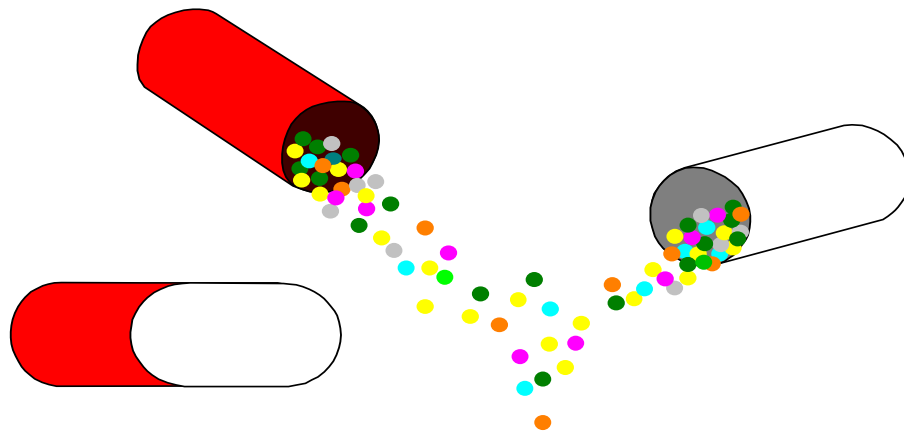
- ✓ *Référez l'élève à l'intervenant psychosocial qui fera les démarches afin de rencontrer l'ami en question.*

Si des indices vous laissent croire que l'urgence suicidaire est



- ✓ *Priorisez cette intervention dans votre horaire de travail.*
 - ✓ *Avisez l'élève que son ami suicidaire doit être rencontré le plus tôt possible par l'intervenant psychosocial de l'équipe.*
 - ✓ *En toutes circonstances, contactez les parents ou, si ces derniers ne semblent pas disposés à assurer la protection de leur enfant, contactez la DPJ.*
- ☞ **Si l'élève vous confirme que son ami accepte d'être rencontré par l'intervenant psychosocial de l'équipe ou par une autre ressource professionnelle :**
- ✓ *Vérifiez la disponibilité et l'intérêt de l'élève à accompagner son ami auprès de l'intervenant psychosocial de l'équipe.*
 - ✓ *Supportez l'élève dans sa démarche en lui offrant de fixer un rendez-vous avec l'intervenant psychosocial de l'équipe dans la prochaine heure.*
 - ✓ *Si l'élève ne peut accompagner son ami auprès de l'intervenant psychosocial de l'équipe, accompagnez vous-même l'ami suicidaire, si possible. Autrement, vérifiez auprès du coordonnateur ses disponibilités dans l'immédiat.*
- ☞ **Si l'élève vous confirme que son ami refuse d'être rencontré par un intervenant psychosocial de l'équipe :**
- ✓ *Prévenez l'élève que l'intervenant psychosocial de l'équipe doit rencontrer son ami suicidaire dans l'immédiat, malgré son refus, vu la menace réelle d'un passage à l'acte dans les prochaines heures ou dans les prochains jours.*
 - ✓ *Suggeriez à l'élève d'être franc avec son ami suicidaire. Dites-lui de faire part à son ami suicidaire de ses démarches auprès de l'intervenant psychosocial. Suggestez-lui de rassurer son ami sur la confidentialité de la situation.*
 - ✓ *Dites à l'élève qu'il devra accompagner son ami au bureau du coordonnateur afin que ce dernier puisse assurer une présence auprès de l'ami jusqu'à la rencontre avec l'intervenant psychosocial.*
 - ✓ *Si l'ami suicidaire refuse de se rendre au bureau du coordonnateur, allez vous-même, accompagné de l'élève qui a reçu la confiance, au local où se trouve l'ami suicidaire et tentez de le convaincre de rencontrer l'intervenant psychosocial du CLSC.*

La tentative de suicide



Sommaire

1. Comprendre les impacts d'une tentative de suicide
2. Plan d'action à la suite d'une tentative de suicide :
 - A) Quoi faire si un élève a fait une tentative de suicide et qu'il a recours à des services médicaux?
 - B) Quoi faire si un élève ne s'est pas rendu à l'hôpital à la suite d'une tentative de suicide?
3. Précisions sur les actions à réaliser...

1. Comprendre les impacts d'une tentative de suicide

Certaines tentatives de suicide peuvent produire des effets négatifs tout aussi importants qu'un suicide complété, avec le même risque d'effet d'entraînement.

■ Les impacts d'une tentative de suicide* :

Pour l'élève qui a fait une tentative :

- ✓ *Fort sentiment de honte et d'échec, désespoir, relation familiale perturbée, relation avec les pairs plus tendue, risque de récurrence élevé.*

Pour les amis et les autres élèves :

- ✓ *Malaise : Quoi dire? Quoi faire?*
- ✓ *Inquiétude*
- ✓ *Risque d'un effet d'entraînement chez les jeunes plus vulnérables*

Pour le personnel de l'institution :

- ✓ *Malaise : Quoi dire? Quoi faire?*
- ✓ *Culpabilité*
- ✓ *Sentiment d'impuissance*

* Inspiré de Raymond, S., (1994). *La réinsertion d'un jeune en milieu scolaire suite à une tentative de suicide.*

2. Plan d'action à la suite d'une tentative de suicide

■ But :

Assurer la réinsertion d'un élève à l'école à la suite d'une tentative de suicide.

■ Objectifs :

Apporter un soutien émotif et une aide psychologique à l'élève qui a tenté de se suicider, avant et lors de son retour à l'école.

Prévenir la récurrence auprès de l'élève qui a tenté de se suicider.

Prévenir les effets d'entraînement auprès des autres élèves de l'école.

Habiliter le personnel de l'école et les élèves à réagir adéquatement lors du retour à l'école de l'élève qui a tenté de se suicider, lorsque nécessaire.

■ Rôle et responsabilité du personnel de l'école :

Collaborer avec les membres de l'équipe d'intervention-suicide à l'application du plan d'action lorsque la rumeur ou la nouvelle d'une tentative de suicide se répand dans l'école.

■ Rôle et responsabilité des membres de l'équipe d'intervention-suicide :

Les intervenants de l'équipe d'intervention-suicide s'assurent que l'élève qui a tenté de se suicider reçoive l'aide et le soutien nécessaires à sa sortie de l'hôpital et lors de son retour à l'école.

Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide s'assure de la mise en application du plan d'action si la rumeur ou la nouvelle d'une tentative de suicide se répand dans l'école.

■ Principes de base à respecter :

La collaboration du personnel de l'école s'avère indispensable à la réalisation du plan d'action lorsque la nouvelle ou la rumeur circule à l'intérieur de l'institution.

L'équipe d'intervention-suicide doit être mobilisée dans les 24 heures qui suivent la tentative de suicide ou dès la fin d'un congé (ex. : journée pédagogique, retour de la fin de semaine, etc.).

L'annonce de la nouvelle et les interventions auprès des élèves doivent se faire seulement si la rumeur ou la nouvelle se répand dans l'école.

Si la rumeur ou la nouvelle se répand dans l'école, l'annonce et les interventions doivent se limiter aux membres du personnel concernés, au réseau d'amis et au groupe de l'élève qui a tenté de se suicider.

Les membres du personnel de l'école et de l'équipe d'intervention-suicide doivent être attentifs aux élèves qui parlent de l'événement, veiller au respect de l'élève qui a fait la tentative et profiter de l'occasion pour dissiper les préjugés face à l'événement, à l'élève et au problème du suicide en général.

Les membres du personnel et de l'équipe d'intervention-suicide doivent porter une attention particulière aux signes avant-coureurs auprès des élèves.

Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide doit communiquer avec les parents de l'élève qui a fait une tentative de suicide ou avec ceux qui en tiennent lieu (ex. : tuteur ou famille d'accueil), et ce, dans le but d'impliquer ces derniers dans le processus d'intervention à mener.

A) Quoi faire si un élève a fait une tentative de suicide et qu'il a recours à des services médicaux?

Actions à réaliser par l'établissement de santé qui a reçu l'élève en tentative de suicide	Voir les précisions
<p>Si l'élève est hospitalisé :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Une entente concernant la réinsertion de l'élève à l'école à la suite d'une tentative de suicide est établie entre le Centre hospitalier, le CLSC et la Commission scolaire. • Cette entente prévoit que l'intervenant du Centre hospitalier qui est responsable de l'élève hospitalisé, incitera systématiquement ce dernier à rencontrer l'intervenant psychosocial de l'équipe d'intervention-suicide de l'école pendant son séjour à l'hôpital, afin de préparer son retour à l'école. 	
<p>Si l'élève n'est pas hospitalisé :</p> <ul style="list-style-type: none"> • L'entente prévoit que le médecin à l'urgence de l'établissement qui a complété une intervention auprès de l'élève, incitera systématiquement ce dernier à rencontrer l'intervenant psychosocial de l'équipe d'intervention-suicide de l'école dans les 24 heures suivant la visite à l'urgence, afin de préparer son retour à l'école. 	
<p>Si l'élève concerné accepte de rencontrer l'intervenant psychosocial de l'équipe d'intervention-suicide :</p> <ul style="list-style-type: none"> • L'entente prévoit d'abord que l'intervenant responsable de l'élève hospitalisé, ou le médecin de l'urgence qui a complété une intervention auprès de l'élève, devra obtenir son autorisation afin d'acheminer les informations pertinentes à l'intervenant psychosocial de l'équipe d'intervention-suicide. • L'entente prévoit ensuite que l'intervenant responsable de l'élève hospitalisé, ou le médecin de l'urgence qui a complété une intervention auprès de l'élève concerné, communiquera avec le service d'accueil, évaluation, orientation (AEO) du CLSC pour l'aviser de la situation. • L'entente prévoit enfin que le service d'accueil, évaluation, orientation (AEO) du CLSC transmettra les informations reçues dans les plus brefs délais à l'intervenant psychosocial de l'équipe d'intervention-suicide. Si l'intervenant psychosocial désigné n'est pas disponible pour répondre à la demande, l'AEO verra à y donner suite dans les meilleurs délais. 	

Note : Le responsable de l'élève au Centre hospitalier devra s'assurer que celui-ci demeurera chez ses parents ou chez ceux qui en tiennent lieu, à sa sortie de l'hôpital.

Quoi faire si un élève a fait une tentative de suicide et qu'il a recours à des services médicaux?

Actions à réaliser par les membres de l'équipe d'intervention-suicide de l'école suite à la référence de l'établissement	Responsables	Voir les précisions
<p>1. Rencontrer l'élève et/ou ses parents afin de :</p> <p>a) offrir aide et soutien avant et lors du retour à l'école;</p> <p>b) évaluer son niveau d'anxiété face au retour à l'école;</p> <p>c) discuter le moment de son retour en classe;</p> <p>d) planifier les rencontres à venir.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Un intervenant psychosocial de l'équipe d'intervention-suicide de l'école 	<p>Pages 65-67</p>
<p>2. Informer le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide de la tentative de suicide et des démarches entreprises auprès de l'élève.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • L'intervenant de l'équipe d'intervention-suicide qui a réalisé la rencontre avec l'élève concerné 	
<p>3. Convoquer les membres de l'équipe d'intervention-suicide afin de :</p> <p>a) faire part de la tentative de suicide et des démarches entreprises;</p> <p>b) évaluer l'étendue de la nouvelle et ses répercussions dans l'école;</p> <p>c) planifier et réaliser les actions selon les constats établis.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide • L'intervenant de l'équipe d'intervention-suicide qui a rencontré l'élève concerné • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
<p>Si la nouvelle se répand dans l'école :</p> <p>a) Rencontrer l'élève et lui proposer de faire une intervention auprès du ou des groupes et de ses enseignants.</p> <p>b) Rencontrer ses enseignants si l'élève accepte.</p> <p>c) Rencontrer le ou les groupes si l'élève concerné accepte.</p> <p>d) Intervenir individuellement auprès des élèves perturbés par la tentative, si nécessaire.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • L'intervenant psychosocial désigné de l'équipe d'intervention-suicide • Deux intervenants psychosociaux de l'équipe d'intervention-suicide • Idem • Idem 	<p>Pages 65-67</p> <p>Pages 68-70</p> <p>Pages 71-73</p>
<p>Si la nouvelle ne se répand pas dans l'école : Poursuivre l'intervention individuelle auprès de l'élève qui a tenté de se suicider.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • L'intervenant psychosocial de l'équipe d'intervention-suicide 	
<p>4. Intervenir auprès des parents.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • L'intervenant psychosocial de l'équipe d'intervention-suicide 	
<p>5. Faire un bilan des interventions réalisées.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	

B) Quoi faire si un élève ne s'est pas rendu à l'hôpital à la suite d'une tentative de suicide?

Actions à réaliser par les membres de l'équipe d'intervention-suicide de l'école	Responsables	Voir les précisions
1. Informer le coordonnateur aussitôt que la rumeur circule ou que l'événement est connu dans l'école.	<ul style="list-style-type: none"> • Tous les membres du personnel de l'école • Tous les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
2. Établir un premier contact avec l'élève concerné, soit par le réseau des pairs, soit par les parents, ou directement si possible, afin de : <ul style="list-style-type: none"> a) vérifier la véracité de la rumeur; b) évaluer la situation; c) vérifier l'état émotif de l'élève; d) le référer à l'intervenant psychosocial de l'équipe; e) voir la nécessité d'impliquer les parents dans l'intervention. 	<ul style="list-style-type: none"> • Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide 	
3. Rencontrer l'élève concerné afin de : <ul style="list-style-type: none"> a) offrir aide et soutien; b) intervenir comme dans le cas d'une crise suicidaire avec urgence suicidaire élevée, s'il y a eu tentative de suicide. 	<ul style="list-style-type: none"> • L'intervenant psychosocial de l'équipe d'intervention-suicide 	Pages 43-44
4. Convoquer tous les membres de l'équipe d'intervention-suicide à une réunion.	<ul style="list-style-type: none"> • Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide 	

Quoi faire si l'élève ne s'est pas rendu à l'hôpital à la suite d'une tentative de suicide?

Actions à réaliser par les membres de l'équipe d'intervention-suicide de l'école	Responsables	Voir les précisions
<p>5. Tenir une réunion de tous les membres de l'équipe d'intervention-suicide afin de :</p> <p>a) faire part de la tentative de suicide et des démarches entreprises;</p> <p>b) évaluer l'étendue de la nouvelle et ses répercussions dans l'école;</p> <p>c) planifier et réaliser les actions selon les constats établis.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
<p><i>Si la nouvelle se répand dans l'école :</i></p> <p>6. Rencontrer l'élève et lui proposer de faire une intervention auprès de certains de ses enseignants et groupes d'élèves :</p> <p>a) rencontrer certains de ses enseignants si l'élève accepte;</p> <p>b) rencontrer certains groupes si l'élève accepte;</p> <p>c) intervenir individuellement auprès des élèves perturbés par la tentative, si nécessaire.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • L'intervenant psychosocial de l'équipe d'intervention-suicide • L'intervenant psychosocial et un autre membre de l'équipe d'intervention-suicide • Idem • Idem 	<p>Pages 65-67</p> <p>Pages 68-70</p>
<p><i>Si la nouvelle ne se répand pas dans l'école :</i></p> <p>7. Poursuivre l'intervention individuelle auprès de l'élève qui a tenté de se suicider.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • L'intervenant psychosocial de l'équipe d'intervention-suicide 	
<p>8. Intervenir auprès des parents si le contexte est propice.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • L'intervenant psychosocial de l'équipe d'intervention-suicide 	
<p>9. Faire un bilan des interventions réalisées.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	

3. Précisions sur les actions à réaliser à la suite d'une tentative de suicide



Rencontrer l'élève qui a tenté de se suicider



Qui rencontre l'élève?

L'intervenant psychosocial désigné de l'équipe d'intervention-suicide.



Quand?

Dès que l'élève accepte d'être rencontré par un intervenant de l'équipe d'intervention-suicide de l'école, et lorsque la référence a été faite par un intervenant de l'établissement de santé.



Objectifs de la rencontre :

- ✓ *Apporter un soutien émotif et une aide psychologique à l'élève qui a tenté de se suicider, avant et lors de son retour à l'école.*
- ✓ *Prévenir la récurrence.*
- ✓ *Préparer le retour en classe de l'élève.*



Quelques pistes d'intervention :

1) **Précisez votre rôle à l'élève :**

Si vous intervenez auprès d'un élève qui est hospitalisé à la suite d'une tentative de suicide, il faut tenir compte que celui-ci est déjà pris en charge par un intervenant du Centre hospitalier. Le pédopsychiatre ou le psychologue de l'établissement explore habituellement les facteurs prédisposants et les éléments déclencheurs qui ont conduit à la tentative de suicide. Il évalue le risque d'une récurrence dans les jours et les semaines à venir. **Puis, il amorce une démarche thérapeutique avec l'adolescent et, dans certaines circonstances, avec les parents lorsque cela semble indiqué.**

Dans ce contexte, précisez clairement à l'élève que votre rôle consiste essentiellement à préparer son retour à l'école afin de ne pas semer la confusion chez l'élève, et de façon à ce qu'il comprenne que vous ne reprenez pas les mêmes interventions que celles déjà amorcées par l'intervenant de l'hôpital.

2) Intervenez comme s'il s'agissait d'une urgence suicidaire élevée :

Si vous intervenez auprès d'un élève qui a tenté de se suicider et qui n'est pas hospitalisé à la suite de sa visite à l'urgence de l'établissement, il faut savoir que le médecin à l'urgence a évalué d'abord que la tentative de suicide n'exigeait pas de traitement médical majeur, puis il a évalué que l'élève ne présentait pas de risque imminent de récurrence dans les heures et les jours à venir. Toutefois, il faut demeurer prudent et se rappeler que :

- ✓ *Il n'y pas eu de prise en charge par le Centre hospitalier. L'intervention s'est limitée à l'évaluation de l'état physique et mental de l'élève et à l'évaluation du risque de récurrence immédiate.*
- ✓ *L'urgence suicidaire demeure généralement élevée suite à cette brève intervention.*
- ✓ *Le risque de récurrence est d'environ 10 % à la suite d'une tentative de suicide.*

Dans ce contexte, il faut intervenir avec l'élève comme s'il s'agissait d'une urgence suicidaire élevée (piste d'intervention lors d'une urgence suicidaire élevée, pages 43-44).

3) Identifiez les sources d'anxiété :

Les appréhensions du retour à l'école représentent généralement une source importante d'anxiété pour l'élève qui a tenté de se suicider (la peur d'être jugé par ses pairs, ses enseignants, la honte, le malaise, etc.). Un stress très élevé peut même provoquer une récurrence dans les jours ou les semaines suivant la tentative de suicide. Si la tentative de suicide a été déclenchée par une situation ou un événement vécu péniblement à l'école, l'élève risque d'appréhender son retour en classe avec un niveau de stress encore plus grand. Dans ce contexte, explorez les sources d'anxiété chez l'élève :

- ✓ *A-t-il des craintes à revenir à l'école?*
- ✓ *À quoi ses craintes sont-elles reliées? « À la peur d'être jugé, questionné. »*
- ✓ *Y a-t-il un événement qu'il aurait vécu péniblement à l'école et qui aurait conduit à la tentative de suicide (ex. : un échec scolaire, une rupture amoureuse, le rejet d'un pair ou d'un groupe de personnes, taxage ou violence de la part d'un pair ou d'un groupe de personnes, etc.) ?*

4) Proposez des actions qui peuvent diminuer ses craintes, son anxiété :

- ✓ *Si la nouvelle se répand dans l'école ou encore si l'élève s'est infligé des blessures corporelles visibles, vous pouvez lui suggérer d'intervenir auprès de ses meilleurs amis, de son groupe et de ses enseignants, afin de leur faire part de ses craintes et de ses besoins à son retour à l'école (des exemples de besoins qui pourraient être exprimés par l'élève : ne pas être questionné sur sa situation et son absence, reprendre sa vie normale le plus rapidement possible, etc.).*
- ✓ *Si l'élève ne souhaite pas une intervention auprès de son groupe et de ses enseignants malgré la propagation de la nouvelle, n'hésitez pas à vérifier ses craintes entourant cette proposition. Toutefois, vous devrez respecter sa décision finale. Assurez-vous alors d'un suivi étroit auprès du jeune à son retour en classe.*

5) Discutez de la date de son retour en classe :

- ✓ *Sa réponse vous donnera des indices sur son état émotionnel actuel.*
- ✓ *Vous pourrez mieux planifier le moment des rencontres avec son groupe et ses enseignants, si opportun.*

6) Planifiez le suivi avec l'élève :

Durant les semaines qui suivent le retour de l'élève à l'école, planifiez des rencontres sur une base régulière. Prévoyez également qu'il y aura des rencontres plus ponctuelles avec le jeune et/ou ses parents afin de réévaluer son urgence suicidaire, de vérifier son vécu scolaire, ses attentes, ses attitudes, son anxiété et ses réactions vis-à-vis de ses professeurs, de ses pairs, etc.



Rencontrer les enseignants de l'élève concerné afin de les informer de la situation et de les préparer au retour de l'élève (avec son consentement)



Les objectifs d'intervention :

- ✓ *Informer les enseignants de l'élève concerné sur la situation.*
- ✓ *Préparer les enseignants de l'élève concerné à son retour en classe.*
- ✓ *Rassurer les enseignants sur leurs propres réactions et malaises.*



Les animateurs de la rencontre :

Un membre de l'équipe d'intervention-suicide de l'école.



Le jour et la durée de la rencontre :

Il est suggéré de réaliser la rencontre quelques jours et même quelques heures avant le retour en classe de l'élève concerné.

Une période d'au plus 55 minutes est habituellement suffisante pour réaliser l'intervention.

Canevas de la rencontre avec les enseignants

1^{er} volet : Rappelez l'information et précisez les objectifs de la rencontre

Rappelez l'information :

- ✓ *Rappelez que, depuis quelques jours, une rumeur circule dans l'école à l'effet que X a fait une tentative de suicide. Mentionnez que X est absent de l'école depuis X jours et précisez que c'est à cause d'un événement malheureux qu'il n'est pas ici actuellement.*
- ✓ *Faites connaître aux enseignants les actions entreprises et à venir (ex. : vous avez rencontré X avant-hier et c'est avec sa permission que vous les rencontrez aujourd'hui pour leur confirmer d'abord que X a fait une tentative de suicide. Vous prévoyez aussi rencontrer les élèves de son groupe d'ici quelques jours, etc.).*

Précisez les objectifs de la rencontre :

- ✓ *Échanger sur leurs réactions et leurs besoins par rapport à la situation.*
- ✓ *Identifier les pistes d'intervention à privilégier dans la classe durant l'absence de l'élève et à son retour à l'école.*

2^e volet : Précisez les réactions et les besoins de l'élève qui a tenté de se suicider

- ✓ *Faites part des **réactions** de l'élève concerné que vous aurez consulté au préalable (ex. : son malaise à retourner en classe, les raisons de son malaise, la crainte d'être questionné, jugé, etc.). Précisez que X appréhende beaucoup son retour à l'école, car il sait que la rumeur circule.*
- ✓ *Faites part des **besoins** de l'élève concerné (ex. : de reprendre sa vie normale le plus rapidement possible, ne pas être jugé et questionné sur sa situation; s'il sent le besoin d'en parler à quelqu'un parmi vous, lui-même ira en parler au besoin).*

3^e volet : Invitez les enseignants à échanger sur leurs propres réactions

- ✓ *Demandez aux enseignants s'ils ont des réactions qu'ils souhaitent partager (ex. : tristesse, colère, culpabilité, malaise face au retour de l'élève en classe : quoi dire, quoi faire, etc.).*

4^e volet : Identifiez quelques pistes d'intervention à privilégier par les enseignants avant le retour en classe de l'élève et lors de son retour à l'école

Avant le retour de l'élève en classe :

- ✓ *Être attentif aux réactions inhabituelles des élèves et signaler ces réactions à l'équipe d'intervention-suicide, si nécessaire (ex. : isolement d'un élève, réaction particulièrement agressive ou méprisante envers l'élève qui a tenté de se suicider; autre exemple : « De toute façon, il a eu ce qu'il méritait, c'est un " loser ", il aurait dû penser à faire ça avant... »).*
- ✓ *Encourager les élèves qui ressentent le besoin de se confier à rencontrer un membre de l'équipe d'intervention-suicide.*

Lors du retour de l'élève en classe :

- ✓ *Agir en fonction des besoins de l'élève qui auront été précisés antérieurement.*
- ✓ *Être attentif aux réactions du groupe envers l'élève concerné et vice versa, et signaler à l'équipe d'intervention-suicide toutes situations susceptibles de perturber l'élève ou ses pairs.*

En terminant la rencontre :

Rappelez aux enseignants de faire appel aux membres de l'équipe d'intervention-suicide lorsqu'ils en ressentent le besoin.



Rencontrer le groupe-classe ou l'entourage si l'élève accepte



Les objectifs d'intervention :

- ✓ Réduire les effets d'entraînement possibles.
- ✓ Rassurer les élèves du groupe sur leurs propres réactions et malaises.
- ✓ Identifier les élèves à risque suicidaire et leur apporter de l'aide.



Les animateurs de la rencontre :

Deux intervenants de l'équipe d'intervention-suicide de l'école, dont au moins un intervenant psychosocial. Il est convenu que le titulaire de classe sera présent lors de cette rencontre.



Le jour et la durée de la rencontre :

Il est suggéré de réaliser la rencontre une ou deux journées avant le retour en classe de l'élève concerné.

Une période de 55 minutes maximum est habituellement suffisante pour réaliser l'intervention. Il se peut que la rencontre ne dure que quelques minutes si les élèves ne s'expriment pas ou peu.



Les groupes d'élèves à rencontrer :

Le groupe qui doit être rencontré en priorité est le groupe de l'élève concerné. Toutefois, si cet élève fait partie d'une équipe sportive à l'école ou encore de l'association étudiante, par exemple, ces groupes peuvent également être rencontrés. Tout dépend de l'ampleur de la nouvelle et de l'impact qu'elle a créé à l'intérieur de ces groupes.

Canevas de la rencontre avec le groupe-classe ou l'entourage

1^{er} volet : Rappelez l'information et précisez les objectifs de la rencontre

Rappelez l'information :

- ✓ *Rappelez que, depuis quelques jours, une rumeur circule dans l'école à l'effet que X a fait une tentative de suicide. Mentionnez que X est absent de l'école depuis X jours et précisez que c'est à cause d'un événement malheureux qu'il n'est pas ici actuellement.*
- ✓ *Dites aux élèves que vous avez rencontré X avant-hier, et c'est avec sa permission que vous les rencontrez aujourd'hui pour leur confirmer d'abord que X a fait une tentative de suicide et pour leur dire qu'il va relativement bien actuellement.*
- ✓ *Si c'est le cas, précisez que X appréhende beaucoup son retour à l'école car il sait que la rumeur circule.*

Précisez les objectifs de la rencontre :

Précisez que vous aimeriez profiter de ce moment avec eux pour :

- ✓ *Entendre leurs réactions et leurs malaises, s'il y en a, ainsi que leurs besoins face à X et à son retour en classe.*
- ✓ *Leur exprimer, s'il y a lieu, le malaise de X à revenir en classe.*
- ✓ *Leur préciser les besoins de X lors de son retour à l'école.*

2^e volet : Invitez les élèves du groupe à exprimer leurs réactions

- ✓ *Demandez aux élèves de décrire leurs réactions et encouragez l'expression des émotions par rapport à l'événement qui s'est produit. Insistez sur le fait que le but de la rencontre n'est pas de faire le procès de X mais bien de faciliter son retour en classe.*
- ✓ *Si vous sentez que les élèves hésitent à exprimer leurs réactions, vous pouvez aborder le fait que nous avons tous des réactions, que ce genre d'événement nous fait tous vivre des émotions à des degrés divers (ex. : la crainte, le malaise, la culpabilité, quoi dire, quoi faire, quelle attitude adopter à son retour, etc.).*

- ✓ Résumez les réactions partagées, normalisez ces réactions et rassurez les élèves (ex. : c'est normal de se sentir coupable, toutefois, personne ne doit porter la responsabilité d'un tel geste).
- ✓ Démystifiez les tabous entourant la tentative de l'élève concerné lorsque l'occasion s'y prête (ex. : si un élève exprime l'idée **qu'il a fait preuve de courage**, ramenez la discussion au fait que le suicide n'est pas une question de courage ou de lâcheté, mais plutôt que les personnes suicidaires souffrent tellement qu'elles veulent mettre fin à leur souffrance. Autre exemple : **il a toujours voulu attirer l'attention de toute façon**. Expliquez qu'attirer l'attention de cette manière, c'est parfois la seule façon que certaines personnes connaissent et ont appris pour exprimer leur souffrance et demander de l'aide. Rappelez que cette façon de chercher de l'aide n'est toutefois pas la bonne manière de faire).
- ✓ Soyez attentif aux messages verbaux et non verbaux des élèves (ex. : le fait qu'un élève glorifie le geste suicidaire, **il a fait preuve de courage**, peut indiquer qu'il lance des signes avant-coureurs).
- ✓ Précisez qu'il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises façons de réagir au retour de l'élève concerné. Il faut toutefois respecter l'élève dans ce qu'il vit, agir comme avant son départ. C'est probablement ce que souhaite l'élève concerné.
- ✓ Précisez aux élèves que certains d'entre eux n'ont peut-être pas envie d'en parler en grand groupe. Toutefois, ceux qui le désirent peuvent en parler individuellement à un intervenant de l'équipe d'intervention-suicide. Insistez sur l'aspect de la confidentialité entourant les services de l'équipe.

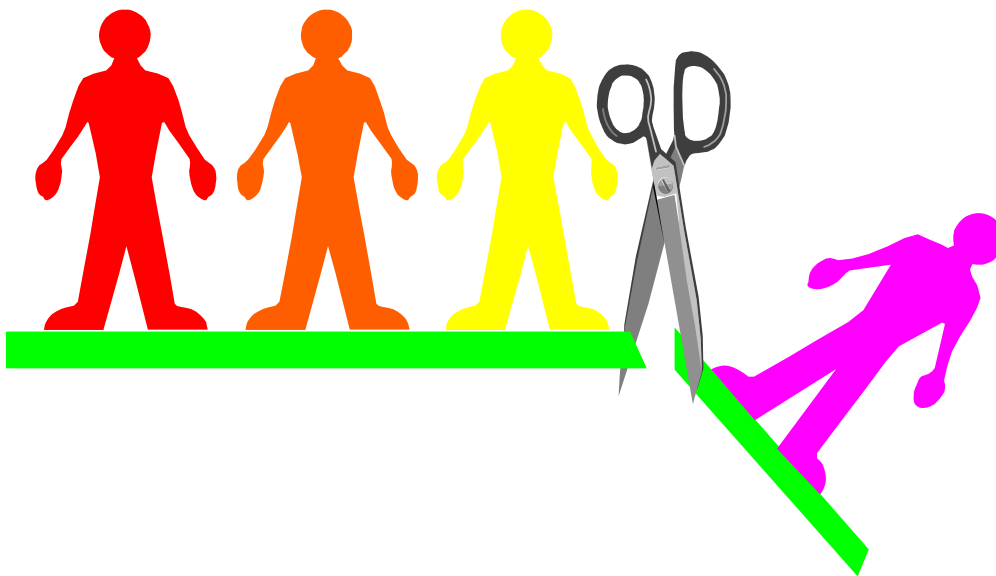
3^e volet : Précisez les réactions et les besoins de l'élève qui a tenté de se suicider

- ✓ Faites part des **réactions** de l'élève concerné que vous aurez consulté au préalable (ex. : son malaise à retourner en classe, les raisons de son malaise, la crainte d'être questionné, jugé, etc.).
- ✓ Faites part des **besoins** de l'élève concerné (ex. : reprendre sa vie normale le plus rapidement possible, ne pas être jugé et questionné sur sa situation; s'il sent le besoin d'en parler à un élève, lui-même ira en parler, etc.).

4^e volet : Identifiez les ressources disponibles

- ✓ Faites part des ressources disponibles dans l'école et à l'extérieur. Rappelez aux élèves qui ressentent le besoin d'en parler, de le faire; si ce n'est pas avec un intervenant professionnel, d'en parler avec un ami, un adulte significatif, un parent, etc.

Le suicide

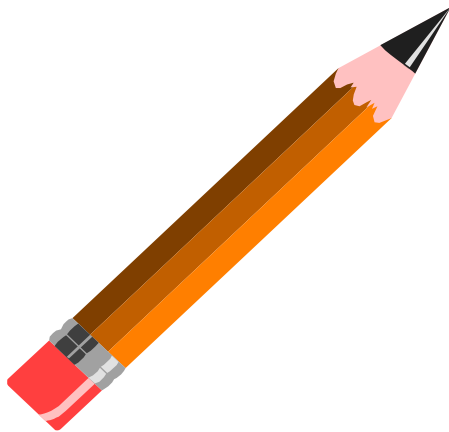


Sommaire

1. Comprendre les réactions personnelles et les impacts d'un suicide à l'école
2. Plan d'action à la suite d'un suicide :
 - A) Quoi faire à la suite du suicide d'un élève?
 - B) Quoi faire à la suite du suicide d'un membre du personnel?
 - C) Quoi faire à la suite d'un suicide à l'école?
 - D) Quoi faire à la suite d'un suicide durant une période de vacances?
3. Précisions sur les actions à réaliser...

1. Comprendre les réactions personnelles et les impacts d'un suicide à l'école

Puisque le suicide est un sujet particulièrement troublant et encore tabou, les endeuillés par suicide se retrouvent souvent seuls à tenter de donner un sens au geste suicidaire, alors que leur entourage a souvent tendance à éviter d'aborder ce sujet « délicat » parce qu'il est mal à l'aise face à ce type de décès. D'autres personnes, plus vulnérables au départ, peuvent être très ébranlées par une telle annonce. Ainsi, pour mieux saisir l'impact d'un suicide chez ceux qui restent, nous avons apporté des éléments de réponses à des questions que toute personne est susceptible de se poser dans de telles circonstances. Elles sont les suivantes :



- Quels peuvent être les impacts d'un suicide à l'école?
- Quelles sont les réactions de stress suite à l'annonce d'un suicide?
- Qui pourrait vivre une crise à la suite d'un suicide?
- Qui sont les élèves vulnérables et à risque suicidaire?
- Qui peut devenir endeuillé à la suite d'un suicide?
- Qu'est-ce qui caractérise le processus de deuil par suicide?
- Quelles sont les étapes du processus de deuil par suicide?
- Quelles sont les variables dans un processus de deuil par suicide?

Comprendre les réactions personnelles et les impacts d'un suicide à l'école

■ Quels peuvent être les impacts d'un suicide dans une école?

Lorsqu'il y a suicide d'un élève, la peur, la panique, l'agressivité, la tristesse sont généralement omniprésentes chez les élèves et même chez le personnel scolaire. Certains suicides peuvent avoir un impact dans toute la communauté. La plupart des personnes, pour qui le suicidé est étranger ou une connaissance lointaine, seront étonnées, voire dérangées par l'annonce d'un suicide dans leur propre milieu de vie. Certaines personnes peuvent vivre une gamme importante d'émotions qui réduisent pour un certain temps leurs capacités d'adaptation et les rendent plus vulnérables, provoquant parfois même une situation de crise. Les proches du suicidé entameront le difficile processus de deuil à la suite d'un suicide.

Il existe un réel danger que d'autres personnes, particulièrement celles qui sont vulnérables, imitent le geste suicidaire suite à un décès par suicide. Le phénomène de contagion a lieu, soit lorsqu'un autre jeune s'identifie à la problématique que vivait le jeune suicidé, soit lorsqu'il intègre l'idée que le suicide est une alternative valable pour résoudre des problèmes ou, finalement, lorsqu'il emploie le même moyen utilisé par la personne suicidée pour s'enlever la vie. Ainsi, un jeune plus vulnérable peut imiter le geste suicidaire d'un pair, d'un voisin ou encore d'une personne à laquelle il s'identifie. Deux facteurs peuvent favoriser le phénomène de la contagion (Séguin, Roy, Bouchard et coll., 2002) :

- La grande crédibilité ou popularité de la personne qui s'est suicidée.
- La glorification ou la banalisation du geste font en sorte que le suicide est considéré comme une solution possible face aux problèmes.

Pour certains jeunes, le suicide d'un pair éveille de fortes émotions : la peur du noir, le sommeil troublé avec l'impression que quelque chose de grave va arriver, l'angoisse de la mort. D'autres vont se demander avec inquiétude : « Comment vais-je réagir lorsqu'il m'arrivera un gros problème? Est-ce que je vais penser aussi au suicide? ». Si le jeune ne trouve pas de solutions adéquates à son problème, il risque de se tourner vers le suicide et voir dans ce moyen la seule solution à ses difficultés en pensant que son copain, lui, a réglé ses problèmes en se suicidant (Gallagher, 1992).

Soulignons enfin que certaines personnes peuvent être vulnérables au phénomène d'identification à la victime décédée par suicide (Raymond, 1991; Séguin, Roy, Bouchard et coll. 2002). Les personnes particulièrement à risque sont les suivantes :

- Les personnes qui risquent de prendre la victime comme un modèle, qui s'identifient à sa souffrance.
- Les personnes qui ont perdu récemment un être cher ou qui ont déjà perdu un proche par suicide.
- Les personnes qui sont elles-mêmes en crise ou en crise suicidaire.
- Les amis et la famille de la victime, ou tous ceux qui vivent une culpabilité intense et persistante à la suite du suicide.

Comprendre les réactions personnelles et les impacts d'un suicide à l'école

Ainsi, la prévention de la contagion (postvention) propose des interventions qui ciblent l'ensemble des personnes touchées par un suicide :

1. Les connaissances plus lointaines de la victime participeront à des activités visant la diminution du stress lié à l'annonce d'un suicide dans leur milieu.
2. Les personnes plus vulnérables ou déjà en crise pourront être repérées afin de recevoir des interventions qui visent la diminution de l'impact de la crise et de la crise suicidaire.
3. Les proches de la personne suicidée pourront participer à des interventions visant la progression du travail de deuil.
4. Les personnes ayant été témoins d'un acte suicidaire pourront bénéficier d'une intervention visant à réduire l'impact de l'événement traumatique.

■ Quelles sont les réactions de stress suite à l'annonce d'un suicide?

Tous les étudiants ne seront pas touchés de la même manière suite au suicide. Normalement, le suicide d'un pair provoquera des réactions de stress à différents niveaux de sévérité, même lorsque le suicidé n'est pas un intime. Les réactions de stress sont des réponses normales lors de situations d'adversité. On reconnaît les réactions de stress par des signes variés (voir tableau ci-dessous).

Signes et manifestations d'un état de stress personnel		
• Tension musculaire	• Tristesse	• Fuir les relations intimes
• Agitation physique	• Sentiment d'être dépassé	• Sentiment d'être ébranlé (ex. : dans mes valeurs, dans ma perception du monde)
• Fatigue	• Manque d'enthousiasme, démotivation	• Impatience
• Sommeil et appétit dérangés	• Idées confuses	
• Transpiration	• Idées fixes (ruminer les mêmes idées)	
• Inquiétude, panique		

Suite au suicide d'un élève, on remarque un climat de fébrilité à l'école qui indique cet état de stress généralisé. Ainsi, un grand nombre d'adolescents auront peine à faire abstraction de l'événement pour vaquer à leurs activités habituelles. La circulation de nombreuses rumeurs qui déforment la réalité quant au suicide de l'élève contribuent généralement à maintenir un haut niveau de stress chez les étudiants. Un début de désorganisation dans l'école peut émerger. Par ailleurs, les membres du personnel peuvent eux aussi être ébranlés par cette nouvelle, en plus d'être sollicités pour la mise en place des activités de postvention.

Généralement, la personne qui vit un stress trouve des stratégies qui lui permettront de retrouver son état d'équilibre à court terme. Les interventions visant à annoncer la nouvelle, à recadrer l'information ainsi que celles facilitant la verbalisation, ont comme principales cibles les réactions de stress. Elles permettent de contrecarrer la circulation de rumeurs, rendent possible la mise en mots des émotions et l'identification de stratégies qui aideront à retrouver un état d'équilibre. Ces interventions devraient transmettre un sentiment de contrôle aux élèves, à savoir que le suicide n'arrive pas à tout le monde et qu'il ne résulte pas uniquement de quelques difficultés situationnelles (Séguin, Roy, Bouchard et coll., 2002).

Comprendre les réactions personnelles et les impacts d'un suicide à l'école

Dans de rares circonstances en milieu scolaire, il arrive qu'un individu ait été exposé directement au suicide (ex. : avoir vu, participé contre son gré, tenté de sauver la vie de la personne suicidée). Ces personnes peuvent vivre des réactions intenses d'anxiété, de déréalisation, d'images ou de rêves répétitifs liés à l'événement traumatisant. Il s'agit dans ces cas, d'état de stress aigu (à court terme) ou d'état de stress post-traumatique (à plus long terme), conditions qui nécessiteront un suivi par un professionnel. À court terme, l'intervention de type « débriefing » sera proposée à ces personnes, et l'intervenant psychosocial qui suit ces élèves devra s'assurer que ceux-ci puissent avoir accès à une thérapie pour l'état de stress post-traumatique (lequel ne sera pas abordé dans le présent document) si les symptômes continuent de se manifester plus d'un mois après l'événement.

Finalement, lorsqu'une personne qui n'est pas un proche du suicidé et qui n'a pas été directement exposée à l'événement n'arrive plus à regagner son état d'équilibre habituel dans les jours suivant la nouvelle d'un suicide chez un élève de l'école, cela pourrait indiquer qu'elle traverse elle-même une situation de crise personnelle dont le suicide d'un autre aura été le facteur précipitant. Cette personne nécessitera donc l'attention qui doit être portée à tous ceux qui vivent une situation de crise.

■ Qui pourrait vivre une crise à la suite d'un suicide?

Pour certaines personnes, l'annonce d'un suicide dans leur entourage est très désorganisée, sans même qu'elles ne soient des proches de l'individu suicidé. Ces personnes se sentent impuissantes, incapables de prendre des décisions réfléchies, étant absorbées par une situation qui les dépasse. On peut reconnaître un jeune en crise par des retards ou des absences fréquentes à l'école, une tendance à broyer des idées noires, une perte de buts dans la vie, des conflits avec les amis, et des signes de stress qui perdurent dans le temps. L'état de crise est une période de déséquilibre suffisamment intense pour entraîner des idéations suicidaires.

L'état de crise peut survenir lorsque le décès par suicide d'un adolescent se produit dans un milieu déjà vulnérable, c'est-à-dire lorsque l'élève est déjà en état de déséquilibre. La survenue du suicide agit donc comme déclencheur de l'état de crise et n'est habituellement pas son unique cause. Ainsi, les activités de postvention comprennent une vigilance accrue du personnel scolaire afin de repérer les jeunes qui bénéficieraient d'une intervention de crise ou de crise suicidaire. Le repérage des jeunes à risque doit faire l'objet d'attention soutenue au-delà de la période de stress qui suit l'annonce du suicide (Séguin, Roy, Bouchard et coll., 2002).

■ Qui sont les élèves vulnérables et à risque suicidaire?

Afin de repérer les jeunes en difficulté et à risque suicidaire, il s'agit de reconnaître les signes avant-coureurs de la crise et de la crise suicidaire (voir page 30). Ces élèves sont issus de divers milieux :

- *Ils font partie de la classe de l'élève décédé.*
- *Ils font partie de la famille de l'élève décédé.*
- *Ils font partie du cercle d'amis de l'élève décédé.*
- *Ils ont reçu des confidences de la part de l'élève décédé.*

Comprendre les réactions personnelles et les impacts d'un suicide à l'école

- *Ils ont déjà fait des tentatives de suicide antérieurement.*
- *Ils ont déjà vécu un suicide dans leur famille ou leur cercle d'amis.*
- *Ils s'identifient à l'élève décédé et voient en lui un modèle.*
- *Ils vivent des expériences difficiles comme une perte récente ou un événement traumatisant.*
- *Ils ont des problèmes marqués de consommation de drogue, d'alcool ou de médicaments.*
- *Ils sont préoccupés par le sujet de la mort et du suicide.*

Ainsi, les élèves qui devraient être rencontrés individuellement sont les suivants :

- ✓ *les élèves au sujet desquels vous avez des doutes sur leurs intentions suicidaires;*
- ✓ *les élèves qui vous ont été référés par un membre du personnel scolaire ou un autre élève;*
- ✓ *les élèves déjà vulnérables et n'ayant pas de lien direct avec la victime, mais dont l'événement les a particulièrement bouleversés ou traumatisés.*

■ Qui peut devenir endeuillé à la suite d'un suicide?

Les personnes susceptibles de vivre un deuil à la suite d'un suicide sont celles qui connaissaient bien le suicidé, avec qui elles avaient une relation d'attachement. Ainsi, on retrouve parmi les endeuillés :

- Un parent
- Un frère, une sœur
- Un ami
- Un collègue de travail
- Toute personne pour qui la personne décédée par suicide était significative

Les activités associées au travail de deuil ne doivent pas être planifiées pour l'ensemble des jeunes, mais pour les gens qui sont véritablement en deuil, qui avaient une relation d'attachement à la personne décédée.

■ Qu'est-ce qui caractérise le processus de deuil par suicide?

Les réactions de deuil sont caractérisées par une période durant laquelle l'endeuillé fait le sevrage d'une relation d'attachement ou d'intimité. L'intervention auprès de l'endeuillé par suicide est particulièrement importante dans les premiers jours qui suivent la perte afin de l'aider à s'engager sainement dans l'évolution du processus de deuil (Séguin, Roy, Bouchard et coll., 2002). Un deuil par suicide présente les caractéristiques particulières suivantes :

- Des réactions émotives **plus intenses et plus complexes**. La mort de l'être cher est inattendue et la douleur est d'autant plus grande que l'être aimé s'est donné la mort avant d'avoir eu la possibilité de vivre pleinement.

Comprendre les réactions personnelles et les impacts d'un suicide à l'école

- Le deuil est rendu plus difficile puisque, très souvent, le suicide fait vivre à ceux qui restent une grande détresse psychologique et une grande solitude. La mort par suicide peut entraîner des sentiments de culpabilité (ex. : « Qu'ai-je fait de mal? ») et des questions sans réponse chez les endeuillés. Par ailleurs, des jugements sans discernement de la part de l'entourage auront pour effet de stigmatiser l'endeuillé et ainsi aggraver sa tendance à s'isoler (ex. : un élève qui dit : « Dans le fond, fallait s'y attendre, il était rejeté et finissait toujours par être le dernier choisi dans les jeux en équipe. »).
- Une profonde et douloureuse tristesse. Il s'ensuit une hausse du risque de développer un état dépressif, avec la possibilité de s'identifier à la personne suicidée, et donc de percevoir cet acte comme une solution plausible à leur propre souffrance.
- Une diminution d'intérêt pour le monde extérieur ainsi que les activités habituelles.
- Une perte temporaire de la capacité d'aimer à nouveau, de s'investir dans les relations intimes.

■ Quelles sont les étapes du processus de deuil par suicide?

Les personnes endeuillées par suicide vivent des étapes psychologiques semblables à celles des personnes à qui on annonce une maladie terminale. Ces étapes ne sont pas nécessairement vécues dans l'ordre, mais peuvent être vécues et revécues à divers degrés d'intensité dans les mois et parfois même les années qui suivent la perte. Il y a autant de manières de vivre le processus de deuil qu'il y a de personnes en deuil.

Il peut arriver que l'endeuillé par suicide développe un deuil dit « compliqué » (d'autres diront « pathologique »), c'est-à-dire qui ne suit pas l'évolution normale du processus de deuil et ne permet pas à la personne de retrouver un fonctionnement équilibré dans la vie courante. Le deuil compliqué est marqué par la sévérité des symptômes de deuil, par la distorsion importante au niveau des réactions de deuil, ainsi que par la durée exagérée d'une ou plusieurs des étapes du deuil. Plusieurs typologies des étapes du deuil existent; nous en présentons une ci-dessous.

Comprendre les réactions personnelles et les impacts d'un suicide à l'école

Étape	Réactions	Durée habituelle/ Signes d'un deuil compliqué
1- Phase d'engourdissement « le choc »	<ul style="list-style-type: none"> • Choc momentané à l'annonce de la mort. • Dénier de la situation comme mécanisme de protection face à une très grande souffrance : refus partiel de l'acceptation de la réalité de la perte; doute sur la véracité de la thèse du suicide; l'impression que tout ce qui se passe est irréel. • Engourdissement émotif. • Les réactions varient selon l'individu : figé, isolé, hyperactif, détresse externe par des cris, etc. 	De quelques heures à quelques jours. → Un long délai entre l'annonce du suicide et les réactions émotives.
2- Phase de protestation « le déni »	<ul style="list-style-type: none"> • La reconnaissance de la perte est plus rationnelle qu'émotive. L'endeuillé connaît bien la réalité du décès tout en ayant de la difficulté à l'accepter. Elle peut rechercher le défunt physiquement. • Il y a alternance entre deux états d'esprit : l'espoir de retrouver la personne perdue et l'impossibilité de la retrouver. Cela soulève des sentiments d'angoisse, de chagrin, de colère, d'abandon, d'engourdissement. • La difficulté à accepter cette forme de décès est normale et constitue une protection temporaire contre la souffrance qui permet d'intégrer la perte progressivement. • Il y a perte d'engagement affectif envers les autres personnes. De la colère soulevée par le geste peut être déplacée sur d'autres personnes. • Recherche d'un sens au suicide; une préoccupation constante du souvenir du défunt; recherche d'un coupable ou d'une cause. 	Environ trois mois. → Beaucoup d'hostilité envers les autres. Des conduites autodestructrices.
3- Phase de désorganisation « la tristesse »	<ul style="list-style-type: none"> • Reconnaissance intellectuelle et émotive de la permanence de la perte. • La douleur et le désespoir entraînent une période de dépression et de désorganisation, et donc de vulnérabilité au suicide. • Sentiments de colère, de honte, de culpabilité et d'impuissance. • Tendance à s'isoler des autres. • Épuisement de l'entourage. Stigmatisation par l'entourage à cause de la nature de la perte. • Sentiment d'ambivalence (amour-haine) envers le défunt : on lui en veut d'être parti, d'avoir abandonné ses proches, mais on a honte de lui en vouloir. • De nombreux symptômes physiques : grippe, fatigue, insomnie, nausées, maux de tête, perte d'appétit, etc. • L'endeuillé devra apprendre à vivre sans l'autre, à se redéfinir, à renégocier ses rapports avec autrui. 	Autour d'un an. → Des problèmes de santé prolongés dans le temps. Une dégradation des relations sociales. La présence d'idées suicidaires.
4- Phase de réorganisation « l'acceptation »	<ul style="list-style-type: none"> • L'acceptation de la perte se fait progressivement; l'acceptation qu'elle n'aura vraisemblablement jamais de « réponse satisfaisante ». • L'endeuillé apprend à vivre sans la personne perdue. La douleur devient progressivement moins intense. • L'endeuillé développe à nouveau de l'intérêt pour le monde extérieur, reprend goût à la vie. • L'endeuillé apprend à créer des nouveaux liens d'attachement. 	Environ un an et demi à deux ans. → Une incapacité à réinvestir dans les autres. Une incapacité à accepter la perte et revivre à nouveau.

■ Quelles sont les variables dans un processus de deuil par suicide?

Divers facteurs viennent influencer la durée ainsi que la qualité du processus de deuil, dont :

- L'âge de la personne qui est décédée; par exemple, l'adolescent peut être plus vulnérable parce que le deuil coïncide avec une période de vie où les stratégies d'adaptation sont moins bien développées.
- Le lien avec la personne décédée (parent, enfant, ami).
- La nature de l'attachement : la durée de la relation, le degré de l'attachement et de l'ambivalence (amour-haine) envers le défunt et le lien de dépendance envers ce dernier.
- L'histoire personnelle de l'endeuillé, particulièrement en ce qui a trait aux pertes et comment il les a vécues et résolues; des pertes non résolues peuvent entraîner un sentiment d'impuissance à surmonter une nouvelle perte.
- La personnalité de l'endeuillé : son mode d'attachement, sa tolérance au stress, sa capacité d'exprimer ses émotions, ses mécanismes d'adaptation, son sexe, son origine ethnique.
- Le soutien social disponible à la personne.

La présence des facteurs suivants peuvent aggraver le processus de deuil à la suite d'un suicide (Bulletin de liaison de l'AQPS, 1996) :

- Une relation d'attachement au défunt marquée d'ambivalence et de dépendance.
- Une vulnérabilité personnelle de l'endeuillé au stress pour ce qui est de l'histoire de vie antérieure et postérieure au décès.
- Une absence de support social adéquat.

L'intervention précoce de deuil sera offerte aux proches ainsi qu'à d'autres personnes qui réagissent fortement à l'annonce de la nouvelle du suicide. Par la suite, on pourra favoriser le processus de deuil chez les élèves qui ont été proches de la victime à l'aide du counseling de deuil. La thérapie de deuil, intervention de choix lorsqu'une personne vit un deuil compliqué, ne sera pas abordée dans le présent document.

2. Plan d'action à la suite d'un suicide

■ Le but :

Réaliser des activités visant à réduire, à court et à long termes, les effets négatifs consécutifs au suicide d'une personne de l'entourage plus ou moins immédiat.

■ Les objectifs :

Prévenir d'autres suicides et les effets d'entraînement possibles.

Aider les élèves et le personnel de l'école à comprendre le suicide, en vue de réduire le stress qu'ils vivent.

Identifier les élèves à risque (traumatisme, crise, crise suicidaire) et leur apporter l'aide appropriée.

Soutenir les proches endeuillés par le suicide.

■ Rôle et responsabilité du personnel de l'école :

Collaborer avec les membres de l'équipe d'intervention-suicide à l'application du plan d'action, dans l'éventualité du suicide d'un élève de l'école.

■ Rôle et responsabilité des membres de l'équipe d'intervention-suicide :

Tous les membres de l'équipe d'intervention-suicide de l'école participent à l'application du plan d'action, dans l'éventualité du suicide d'un élève.

■ Principes de base à respecter :

La collaboration de l'ensemble du personnel de l'école s'avère indispensable à la réalisation du plan d'action à la suite d'un suicide. C'est pourquoi il est important que tous soient sensibilisés et préparés à réagir adéquatement à la suite d'un suicide.

L'équipe d'intervention-suicide doit être mobilisée dans les 24 heures qui suivent la nouvelle du suicide ou dès le retour d'un congé suivant l'événement (ex. : retour de la fin de semaine, d'une journée pédagogique, etc.).

L'équipe d'intervention-suicide doit mettre en application le plan d'action dès sa mobilisation.

Les interventions mises en place doivent être flexibles et adaptées aux différents besoins des personnes ciblées, en fonction de leurs réactions. Les interventions offertes doivent aussi évoluer dans le temps en fonction de ces mêmes besoins.

L'annonce du suicide aux élèves concernés doit se faire le plus tôt possible pour éviter les rumeurs. Celle-ci doit se faire simultanément dans chacun des groupes concernés, par les enseignants accompagnés d'un membre de l'équipe si nécessaire.

Les contacts avec les médias doivent être établis exclusivement par la personne désignée dans l'équipe d'intervention-suicide.

Rien ne doit contribuer à rendre le suicide sensationnel, séduisant, romantique, héroïque ou lâche.

Le déroulement normal des activités scolaires doit être maintenu. Cependant, les examens et les travaux majeurs peuvent être reportés pour les groupes d'élèves concernés.

Les ressources extérieures de l'école (animateur des rencontres de verbalisation et professionnels offrant le support-conseil) seront sollicitées, lorsque nécessaire.

Une attention particulière doit être portée aux élèves vulnérables.

L'équipe d'intervention-suicide doit statuer sur la pertinence d'intervenir dans une situation ambiguë (suicide/accident).

Toute demande provenant des élèves doit respecter les volontés et les limites de la famille.

A) Quoi faire à la suite du suicide d'un élève?

JOUR 1

A) AVANT L'INTERVENTION AUPRÈS DES ÉLÈVES

Actions à réaliser	Responsables	Voir les précisions
1. Informer le coordonnateur de l'équipe aussitôt que la rumeur ou la nouvelle du suicide d'un élève est connue.	<ul style="list-style-type: none"> • Tous les membres du personnel de l'école • Tous les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
2. a) Vérifier la véracité de l'information auprès des autorités policières, du coroner ou de toute autre personne en mesure de confirmer la nouvelle. b) Recueillir les informations sur l'élève décédé et sur les circonstances de l'événement.	<ul style="list-style-type: none"> • Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide • Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide 	Page 109 Page 110
3. Communiquer avec les deux ressources extérieures désignées afin de leur faire part de l'événement et vérifier leurs disponibilités durant les prochains jours (1- l'animateur de la rencontre de verbalisation, 2- la ressource du support-conseil).	<ul style="list-style-type: none"> • Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide 	Page 111

Actions à réaliser	Responsables	Voir les précisions
4. convoquer tous les membres de l'équipe d'intervention-suicide à une première réunion.	<ul style="list-style-type: none"> Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide 	Page 112
5. Effectuer une première réunion de l'équipe d'intervention-suicide afin de : <ul style="list-style-type: none"> faire un rapport de l'événement; faire une analyse de la situation; revoir le calendrier des interventions, déterminer les responsabilités, identifier les locaux disponibles et préciser les heures des rencontres; préparer l'information pertinente à transmettre : <ul style="list-style-type: none"> - aux parents; - au personnel de l'école; - aux élèves concernés; établir une première liste des amis intimes et du groupe de la victime ainsi que des élèves à risque suicidaire. 	<ul style="list-style-type: none"> Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	Page 113 Pages 114-115 Pages 116-128 Page 129 Pages 130-131 Page 132 Page 134
6. Prendre contact avec la famille de la victime pour : <ul style="list-style-type: none"> transmettre ses sympathies au nom de l'école; offrir aide et soutien. 	<ul style="list-style-type: none"> Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide 	Pages 135-136
7. Préciser à la réceptionniste que toute demande d'information concernant le suicide de l'élève concerné doit être acheminée au coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide.	<ul style="list-style-type: none"> Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide 	
8. Dégager une secrétaire pour la rédaction des lettres à envoyer et des rapports.	<ul style="list-style-type: none"> Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide 	
9. Envoyer un message aux membres du personnel concernés par le suicide de l'élève et les inviter à une rencontre d'information.	<ul style="list-style-type: none"> Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide 	

Actions à réaliser	Responsables	Voir les précisions
<p>10. Rencontrer le personnel concerné de l'école afin de :</p> <ul style="list-style-type: none"> • préciser leurs tâches dans les circonstances; • diffuser aux enseignants l'information à transmettre à leurs élèves; • rappeler aux enseignants les signes avant-coureurs d'un état de crise; • faire connaître les membres de l'équipe d'intervention-suicide; • présenter le plan d'action; • autoriser le report des travaux et des examens, si nécessaire; • l'informer qu'il peut utiliser les services de l'équipe d'intervention-suicide, s'il le souhaite, afin d'obtenir aide et soutien dans la gestion de l'événement, et pour lui-même s'il en sent le besoin; • préciser qu'un local est mis à la disposition des élèves qui souhaitent se confier, obtenir de l'information ou encore obtenir de l'aide; • identifier les amis de la victime ainsi que les élèves à risque suicidaire. 	<ul style="list-style-type: none"> • Le directeur ou le coordonnateur de l'équipe 	<p>Pages 130-131</p> <p>Pages 132-133</p> <p>Page 134</p>

JOUR 1

B) L'INTERVENTION AUPRÈS DES ÉLÈVES

Actions à réaliser	Responsables	Voir les précisions
<p>Avant l'annonce du suicide :</p> <p>1. Rencontrer individuellement les amis proches (et membres de la famille) de la victime pour leur annoncer la nouvelle et pour offrir aide et soutien.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	<p>Page 137</p>
<p>2. a) Annoncer la nouvelle simultanément dans les classes concernées de l'école et au début du cours.</p> <p>b) Animer l'échange en classe.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les enseignants responsables des groupes accompagnés d'un collègue ou d'un membre de l'équipe d'intervention-suicide, au besoin 	<p>Page 132</p> <p>Page 133</p>
<p>3. Reprendre l'horaire régulier des activités scolaires.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Le personnel de l'école 	
<p>4. Rencontrer les élèves qui en ressentent le besoin dans les locaux désignés. Rencontrer individuellement les élèves vulnérables et les élèves à risque suicidaire afin de leur apporter aide et soutien.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • L'intervenant psychosocial de l'équipe 	<p>Pages 138-139</p>

Actions à réaliser	Responsables	Voir les précisions
<p>5. a) Communiquer systématiquement avec les parents de l'élève à risque suicidaire élevé, afin d'obtenir leur collaboration et dans le but d'assurer la sécurité de leur enfant.</p> <p>b) Signaler la situation à la Direction de la protection de la jeunesse, si les parents ne veulent pas ou ne semblent pas pouvoir collaborer.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
<p>6. Vérifier dès que possible auprès des parents les motifs d'absence d'un élève à risque suicidaire.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
<p>7. Rencontrer, en petits groupes, les amis proches de la victime.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Deux membres de l'équipe d'intervention-suicide 	Pages 140-141
<p>8. Ramasser les objets personnels de la victime le jour même de l'annonce. S'il semble y avoir une lettre ou des objets relatifs à ses intentions suicidaires, les remettre aux autorités policières. Pour le reste, remettre le tout à la famille, de préférence après l'inhumation.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Le directeur de l'école ou son représentant 	

JOUR 1

C) APRÈS L'INTERVENTION AUPRÈS DES ÉLÈVES

Actions à réaliser	Responsables	Voir les précisions
1. Recueillir, auprès du personnel concerné de l'école, tous les indices pouvant laisser croire à des risques suicidaires chez des élèves (<i>l'information peut être recueillie durant toute la première journée</i>).	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
2. Rencontrer les enseignants qui en ressentent le besoin, individuellement ou en groupe, afin de répondre à leurs questions ou pour leur apporter aide et soutien.	<ul style="list-style-type: none"> • Un membre de l'équipe d'intervention-suicide 	
3. Réaliser la rencontre de verbalisation auprès des membres de l'équipe d'intervention-suicide.	<ul style="list-style-type: none"> • L'animateur des rencontres de verbalisation 	Page 18
4. Faire le bilan de la première journée d'intervention et planifier le jour 2 prévu au plan d'action (cette rencontre peut se faire à la fin du jour 1 ou au début du jour 2).	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	

JOUR 2

Actions à réaliser	Responsables	Voir les précisions
1. Effectuer toutes les tâches qui n'ont pu être réalisées durant le jour 1.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
2. Prendre contact avec la famille une deuxième fois : <ul style="list-style-type: none"> a) our les informer brièvement des actions entreprises dans l'école; b) pour connaître leurs intentions et obtenir leur accord à la participation des élèves aux funérailles. 	<ul style="list-style-type: none"> • Le directeur de l'école 	Page 136
3. Assurer une présence au local désigné afin d'aider, de soutenir et de répondre aux questions des élèves qui en ressentent le besoin.	<ul style="list-style-type: none"> • L'intervenant psychosocial de l'équipe 	Pages 138-139
4. Rencontrer, en petits groupes, les élèves qui avaient une activité en commun avec la victime (ex. : équipe sportive, conseil étudiant, etc.).	<ul style="list-style-type: none"> • Deux membres de l'équipe d'intervention-suicide 	Pages 140-141
5. a) Identifier les élèves proches de la victime qui fréquentent d'autres écoles. b) Aviser, s'il y a lieu, les directeurs des écoles concernées que des proches de la victime peuvent avoir besoin d'aide et leur suggérer de communiquer avec les ressources appropriées.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	

Actions à réaliser	Responsables	Voir les précisions
6. Mettre à jour la liste des élèves à risque suicidaire et les rencontrer pour leur offrir aide et soutien.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
7. Apporter un soutien aux enseignants dans leurs interventions auprès des élèves, si nécessaire.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
8. Se préparer à la journée des funérailles : <ul style="list-style-type: none"> • prendre contact avec le curé, si nécessaire; • préparer la visite au salon funéraire avec les élèves concernés, si nécessaire; • préparer le transport des élèves; • voir à l'achat de fleurs ou à la collecte de dons, si nécessaire; • préparer les textes, si nécessaire. 	<ul style="list-style-type: none"> • Le directeur de l'école ou toute autre personne désignée par ce dernier 	Page 136
9. Intervenir auprès des jeunes si des situations particulières se présentent : « ex. : la famille refuse la participation des élèves aux funérailles, la famille procède à l'incinération, etc. ».	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
10. Recueillir l'information au sujet des élèves vulnérables et à risque suicidaire auprès du personnel de l'école.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
11. Réaliser la rencontre de verbalisation en fin de journée auprès des membres de l'équipe d'intervention-suicide, si nécessaire.	<ul style="list-style-type: none"> • La ressource extérieure désignée 	Page 18
12. Faire le bilan de la deuxième journée d'intervention et planifier le jour 3 prévu au plan d'action (cette rencontre peut se faire à la fin du jour 2 ou au début du jour 3).	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	

JOUR 3

Actions à réaliser	Responsables	Voir les précisions
1. Effectuer toutes les tâches qui n'ont pu être réalisées durant le jour 2.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
2. a) Évaluer le besoin d'assurer une présence dans les locaux désignés. b) Assurer une présence dans les locaux désignés, si nécessaire.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	Pages 138-139
3. Mettre à jour la liste des élèves à risque suicidaire et intervenir, au besoin, auprès des élèves nouvellement identifiés.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
4. Offrir du soutien aux élèves et aux enseignants qui en ressentent le besoin.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
5. Encadrer la participation aux funérailles pour les élèves qui désirent y assister.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
6. Recueillir l'information au sujet des élèves vulnérables et à risque suicidaire auprès du personnel scolaire.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
7. Réaliser la rencontre de verbalisation en fin de journée auprès des membres de l'équipe d'intervention-suicide, si nécessaire.	<ul style="list-style-type: none"> • L'animateur des rencontres de verbalisation 	Page 18
8. Faire le bilan de la troisième journée d'intervention et planifier le jour 4 prévu au plan d'action (cette rencontre peut se faire à la fin du jour 3 ou au début du jour 4).	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	

JOUR 4

Actions à réaliser	Responsables	Voir les précisions
1. Effectuer toutes les tâches qui n'ont pu être réalisées durant le jour 3.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
2. a) Évaluer le besoin d'assurer une présence au local désigné. b) Assurer une présence au local désigné, si nécessaire.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	Pages 138-139
3. Mettre à jour la liste des élèves à risque suicidaire et intervenir, au besoin, auprès des élèves nouvellement identifiés.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
4. Offrir du soutien aux élèves et aux enseignants qui en ressentent le besoin.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
5. Recueillir l'information au sujet des élèves vulnérables et à risque suicidaire auprès du personnel scolaire.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
6. Réaliser la rencontre de verbalisation en fin de journée, si nécessaire.	<ul style="list-style-type: none"> • L'animateur des rencontres de verbalisation 	Page 18
7. Faire le bilan de la quatrième journée d'intervention et planifier le jour 5 prévu au plan d'action (cette rencontre peut se faire à la fin du jour 4 ou au début du jour 5).	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	

JOUR 5

Actions à réaliser	Responsables	Voir les précisions
1. Effectuer toutes les tâches qui n'ont pu être réalisées durant le jour 4.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
2. Mettre à jour la liste des élèves à risque suicidaire et intervenir au besoin.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
3. Offrir du soutien aux élèves et aux enseignants qui en ressentent le besoin.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
4. Réaliser la rencontre de verbalisation auprès des membres de l'équipe d'intervention-suicide, si nécessaire.	<ul style="list-style-type: none"> • L'animateur des rencontres de verbalisation 	Page 18
5. Faire le bilan de la cinquième journée d'intervention.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
6. Faire un bilan écrit des interventions réalisées depuis le jour 1. Évaluer les besoins d'intervention à l'école à moyen terme.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
7. Apporter les corrections nécessaires, s'il y a lieu.	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	

B) Quoi faire à la suite du suicide d'un membre du personnel?

Actions à réaliser	Responsables	Voir les précisions
1. Informer le directeur de l'école de l'événement.	<ul style="list-style-type: none"> • Tous les membres du personnel de l'école • Tous les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	
2. a) S'assurer de la validité de l'information auprès des autorités policières ou du coroner, si possible. b) Recueillir les informations sur la personne décédée et sur les circonstances de l'événement.	<ul style="list-style-type: none"> • Le directeur de l'école 	Page 109 Page 110
3. Prendre contact avec la famille de la victime pour : <ul style="list-style-type: none"> • transmettre ses sympathies au nom de l'école; • offrir aide et soutien au besoin. 	<ul style="list-style-type: none"> • Le directeur de l'école 	Pages 135-136
4. Remettre à la réceptionniste : <ul style="list-style-type: none"> • la liste des membres de l'équipe d'intervention-suicide et le directeur des ressources humaines à rejoindre dans l'immédiat afin de les convoquer pour une première réunion; • l'information à transmettre s'il y a des appels de parents, des médias ou de la communauté. 	<ul style="list-style-type: none"> • Le directeur de l'école 	
5. Communiquer avec les deux ressources extérieures désignées afin de leur faire part de l'événement et pour vérifier leurs disponibilités durant les prochains jours (<i>1- l'animateur de la rencontre de verbalisation, 2- la ressource du support-conseil</i>).	<ul style="list-style-type: none"> • Le directeur de l'école 	Page 111

Quoi faire à la suite du suicide d'un membre du personnel?

Actions à réaliser	Responsables	Voir les précisions
6. Convoquer les membres de l'équipe d'intervention-suicide à une première réunion.	<ul style="list-style-type: none"> Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide 	
7. Effectuer une première réunion afin de : <ul style="list-style-type: none"> faire une analyse de la situation et un rapport de l'événement; vérifier s'il y a des membres de l'équipe particulièrement affectés par l'événement; établir une liste des membres du personnel et des élèves particulièrement touchés par l'événement, et voir la pertinence d'intervenir auprès de ces personnes; planifier et organiser les actions à venir; revoir la liste des tâches et des responsabilités; préparer l'information pertinente à transmettre au personnel de l'école et aux élèves; identifier les locaux pour l'équipe, pour les rencontres individuelles et pour les rencontres de groupes, s'il y a lieu. 	<ul style="list-style-type: none"> Tous les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	Pages 114–115 Page 134 Pages 116-128 Pages 130-132
8. Poursuivre le plan d'action comme dans le cas du suicide d'un élève. Notez bien : <i>Certaines adaptations seront nécessaires (ex. : au lieu de rencontrer tous les groupes d'élèves de l'école, les rencontres devraient se limiter aux groupes de l'élève décédé).</i>	<ul style="list-style-type: none"> Tous les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	

C) Quoi faire à la suite d'un suicide dans l'école?

Actions à réaliser	Responsables	Voir les précisions
1. a) Vérifier d'abord l'état de conscience de la personne, si possible (si la personne est pendue, la décrocher immédiatement). b) Désigner une personne sur les lieux du drame. c) Envoyer la personne désignée à la réception afin de faire appeler l'ambulance et la police, et de ramener au moins quatre adultes sur les lieux du drame.	<ul style="list-style-type: none"> • Tout adulte présent sur les lieux du drame lors de l'événement qui est en mesure d'agir immédiatement 	
2. a) Isoler la personne suicidée, si possible. b) Identifier les témoins directs de l'événement et les rassembler dans un local, si possible. c) Évacuer les lieux du drame.	<ul style="list-style-type: none"> • Les adultes présents sur les lieux de l'événement 	
3. Aviser les parents ou le conjoint le plus rapidement possible et leur dire de se rendre à l'hôpital.	<ul style="list-style-type: none"> • Le directeur de l'école ou son représentant 	
<i>Si l'événement se produit durant les heures de cours :</i> 4. a) Maintenir les élèves dans leurs locaux même durant la période de récréation, si nécessaire, par un appel général. On peut préciser aux personnes que c'est pour des raisons de confidentialité que des mesures spéciales sont prises. b) S'assurer que les élèves ne circulent pas dans l'école.	<ul style="list-style-type: none"> • Tout le personnel réquisitionné 	

Actions à réaliser	Responsables	Voir les précisions
<p><i>Si l'événement a lieu en dehors des heures de cours :</i></p> <p>5. a) Regrouper les élèves présents à l'école mais qui ne font pas d'activités parascolaires, et les rassembler dans les endroits désignés (s'assurer que tous les coins de l'école sont ratissés). On peut préciser aux personnes que c'est pour des raisons de confidentialité que des mesures spéciales sont prises.</p> <p>b) Maintenir les élèves qui font des activités parascolaires dans leurs locaux au moment de l'événement et avertir les responsables des activités de l'événement.</p> <p>c) Aviser les responsables des activités de retenir leurs élèves dans leurs locaux respectifs jusqu'à avis contraire.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Tout adulte sur les lieux de l'événement • Tout adulte sur les lieux de l'événement • Un membre de la Direction, accompagné de trois adultes disponibles 	
<p>6. Nettoyer les lieux de l'événement, si nécessaire (<i>seulement lorsque les ambulanciers et les policiers ont complété leurs interventions et après autorisation des policiers</i>).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Le directeur de l'école ou son représentant 	
<p>7. Faire sortir les élèves de leurs locaux lorsque les ambulanciers et les policiers auront complété leurs interventions.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Le directeur de l'école ou son représentant 	
<p>8. Convoquer les membres de l'équipe d'intervention-suicide immédiatement à une brève réunion afin de :</p> <p>a) évaluer la situation;</p> <p>b) mettre en application le plan d'action à la suite d'un suicide comme prévu lorsqu'un suicide a lieu à l'extérieur de l'école.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Le directeur de l'école 	<p>Pages 87-99</p>

D) Quoi faire à la suite d'un suicide durant une période de vacances?

A) INTERVENTION DURANT LA PÉRIODE DE VACANCES

Actions à réaliser	Responsables	Voir les précisions
<p>Communiquer avec la famille de la victime afin de :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Offrir les sympathies au nom de l'école. • Faire connaître les services d'aide et de soutien du CLSC à la famille de la victime et aux amis proches de la victime. 	<ul style="list-style-type: none"> • Le directeur de l'école 	

B) INTERVENTION À LA RENTRÉE SCOLAIRE

Actions à réaliser	Responsables	Voir les détails
<p>1. Convoquer et rencontrer les membres de l'équipe d'intervention-suicide afin de :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vérifier les interventions réalisées durant la période de vacances par le CLSC ou autres organismes auprès de la famille et des amis de la victime. • Faire une analyse de l'événement. • Évaluer l'impact de l'événement lors de la rentrée scolaire. • Ajuster le plan d'intervention en conséquence. 	<ul style="list-style-type: none"> • Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	Pages 114-115
<p>2. Appliquer le plan d'action en y apportant les ajustements nécessaires.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les membres de l'équipe d'intervention-suicide 	

3. Précisions sur les actions à réaliser à la suite d'un suicide



Vérifier l'information auprès des autorités policières ou du coroner, si possible



Qui vérifie l'information?

Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide.



Quand?

Aussitôt que l'événement est connu.



Ressource à contacter :

✓ Sûreté du Québec

☎ : 1 800 461-2131 ⌚ : 24/24 h, 7/7 jours



Recueillir les informations sur la personne décédée et sur les circonstances de l'événement



Qui le fait?

Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide.



Informations à recueillir :

✓ Identification de la personne décédée (nom, niveau scolaire, âge) :

✓ Lieu et moment du décès :

✓ Moyen utilisé (sans détails inutiles) :

✓ Motif (élément déclencheur) :

✓ Confirmation si possible du décès par suicide :

✓ Le nom du père et de la mère :

✓ Frères et sœurs (âge approximatif) :

✓ La grille horaire de l'élève



Notes :



Communiquer avec les deux ressources extérieures désignées



Qui communique avec les ressources extérieures?

Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide.




Quand?

Aussitôt que l'événement est connu.




Qui contacter?

L'animateur des rencontres de verbalisation

- **Nom :**
-  **:**
- **Disponibilités :**
 - lundi :* _____
 - mardi :* _____
 - mercredi :* _____
 - jeudi :* _____
 - vendredi :* _____

Personne-ressource en support-conseil

- **Nom :** _____, Direction de santé publique
-  **:** (418) 368-2443
- **Disponibilités :**
 - lundi :* _____
 - mardi :* _____
 - mercredi :* _____
 - jeudi :* _____
 - vendredi :* _____



Convoquer les membres de l'équipe d'intervention-suicide à une première rencontre



Qui communique avec les membres de l'équipe?

Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide.



Quand?

Aussitôt que l'événement est connu.



Communiquer avec :

Nom	Fonction	Organisme	Téléphone	A été rejoint
_____	_____	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	_____	_____	<input type="checkbox"/>
_____	_____	_____	_____	<input type="checkbox"/>



Spécifier aux membres de l'équipe :

le local de la réunion : _____

l'heure de la réunion : _____



Présenter un rapport de l'événement

Le rapport de l'événement permet à tous les membres de l'équipe d'intervention-suicide de posséder la même information.



Qui présente le rapport de l'événement?

Le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide. Il remet une copie du rapport à tous les membres de l'équipe d'intervention-suicide.



Quand?

Lors de la réunion de l'équipe d'intervention-suicide.

Rapport de l'événement

Personne décédée :

Nom : _____ Prénom : _____

Âge : _____ Programme : _____ Niveau : _____

Date de naissance : _____

Parents de la personne décédée :

Nom et prénom du père : _____

Adresse civique : _____

 : _____

Nom et prénom de la mère : _____

Adresse civique : _____

 : _____

Circonstances de l'événement :



Faire une analyse de la situation



Qui le fait?

Les membres de l'équipe d'intervention-suicide.



Quand?

Lors de la réunion de l'équipe d'intervention-suicide.



L'analyse de la situation permet d'identifier les besoins, de soulever les particularités de l'événement et d'apporter les ajustements nécessaires au plan d'action avant sa mise en application.



Tous les membres de l'équipe d'intervention-suicide sont invités à participer à l'élaboration de l'analyse de la situation en s'inspirant des questions suivantes :

Analyse de la situation

1. La personne décédée par suicide était-elle un élève de l'école?
2. Si oui, de quel secteur provenait-elle (francophone, anglophone, régulier, enseignement professionnel, éducation des adultes, cheminement particulier, formation continue, etc.)?
3. Est-ce que cette personne faisait partie d'un groupe d'appartenance quelconque (gang, club, travail, etc.)?
4. Qui le sait (l'étendue de la nouvelle)? Comment la nouvelle circule-t-elle (ex. : fausses informations)?
5. Y a-t-il eu des témoins du suicide? Quelqu'un aurait-il reçu des signes avant-coureurs?
6. Quels impacts le décès par suicide de l'élève a-t-il provoqué dans les différents secteurs de l'école (ex. : comportements observés, réactions émotives, conversations sur le sujet, atmosphère générale, etc.)? Qui semble le plus touché?
7. Si la personne ne fréquentait pas l'école, quels impacts son suicide a-t-il eu chez les élèves et quel secteur semble le plus touché? Dans ce contexte, doit-on intervenir à l'école et dans quels secteurs?

8. Quelles sont les caractéristiques associées à l'élève décédé par suicide (isolé, impliqué, populaire, meneur, apprécié, etc.)?
9. Quelles sont les caractéristiques associées à l'entourage de l'élève, soit ses amis proches, sa famille, ses collègues de travail (vulnérabilités personnelles, qualités des liens, etc.)?
10. Qu'est-ce qui se passe à l'école (particularités, événements spéciaux, examens, etc.)?
11. Est-ce qu'il y a eu des événements à l'école qui sont liés au suicide?
12. Si le suicide a eu lieu durant l'été ou durant une autre période de vacances, quel impact a-t-il eu dans la communauté à ce moment-là et quel impact a-t-il maintenant?
- Etc.

Qui	Besoins	Intervention	Précisions : où, quand, par qui
<p>Quels élèves présentent déjà des signes de grande vulnérabilité (désorganisation, sentiment d'impuissance, incapacité à évacuer une grande tension) ou des idéations suicidaires?</p> <p>Quels élèves seraient susceptibles de présenter de tels signes lors de l'annonce du suicide? Qui pourrait tomber en crise?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Désamorcer la crise (en se centrant sur les facteurs déclencheurs et la résolution de problème). • Désamorcer la crise suicidaire. 	<ul style="list-style-type: none"> • Intervention de crise • Intervention de crise suicidaire 	Pages 35-44
<p>Quelles personnes entretenaient un lien affectif intime avec la victime?</p> <p>Qui, de ces personnes proches, est susceptible de vivre un grand bouleversement émotionnel?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Amorcer adéquatement le processus de deuil. 	<ul style="list-style-type: none"> • Intervention précoce de deuil • Counseling de deuil • Thérapie de deuil 	Pages 140-141
<p>Qui a été exposé directement à la scène du suicide?</p> <p>Est-ce que quelqu'un a été lié de près au projet suicidaire de la victime?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • S'exprimer sur les émotions et les réactions vécues. • Comprendre l'événement traumatisant. 	<ul style="list-style-type: none"> • Intervention de type « débriefing » • Intervention sur l'état de stress post-traumatique 	Pages 143-144



Revoir le calendrier des interventions, déterminer les responsabilités, identifier les locaux disponibles et préciser les heures des rencontres



Qui le fait?


Les membres de l'équipe d'intervention-suicide.




Quand?

Lors de la réunion de l'équipe d'intervention-suicide.


JOUR 1

Quoi faire?	Qui le fait?	Identification du local, lorsqu'il y a lieu	
1. Prendre contact avec la famille de la victime pour : <ul style="list-style-type: none"> • transmettre ses sympathies au nom de l'école; • offrir aide et soutien. 			
2. Préciser à la réceptionniste que toute demande d'information concernant le suicide de l'élève concerné doit être acheminée au directeur de l'école.			
3. Dégager une secrétaire pour la transcription des lettres à envoyer et des rapports.			
4. Signer et faire parvenir la lettre d'information aux parents des élèves de l'école.			


Précisions sur les actions à réaliser...

Quoi faire?	Qui le fait?	Identification du local, lorsqu'il y a lieu	
5. Convoquer les membres du personnel scolaire à une rencontre d'information.			
6. Rencontrer les membres du personnel scolaire afin de : <ul style="list-style-type: none"> • faire part de l'événement, de leurs rôles à jouer dans les circonstances, du moment convenu pour l'annonce du suicide aux élèves de l'école, rappeler les signes avant-coureurs, etc.; • préciser aux enseignants les informations à transmettre à leurs élèves. 			
7. Convoquer et rencontrer les membres du personnel scolaire qui n'ont pas été rejoints lors de la première rencontre afin de leur transmettre les informations pertinentes.			
8. Apporter, si nécessaire, du support aux membres du personnel plus touchés par l'événement.			
<i>Avant l'annonce du suicide :</i> 9. Rencontrer individuellement les amis proches (et membres de la famille) de la victime pour leur annoncer la nouvelle et pour offrir aide et soutien.			


Précisions sur les actions à réaliser...

Quoi faire?	Qui le fait?	Identification du local, lorsqu'il y a lieu	
<ul style="list-style-type: none"> • Annoncer la nouvelle simultanément dans toutes les classes concernées, au début du cours. • Animer l'échange en classe. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Reprendre l'horaire régulier des activités scolaires. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Rencontrer les élèves qui en ressentent le besoin dans un local désigné. 	L'intervenant psychosocial		
<ul style="list-style-type: none"> • Rencontrer individuellement les élèves vulnérables et les élèves à risque suicidaire afin de leur apporter aide et soutien. 	L'intervenant psychosocial		
<ul style="list-style-type: none"> • Communiquer systématiquement avec les parents de l'élève de moins de 14 ans, à risque suicidaire élevé, afin d'obtenir leur collaboration dans le but d'assurer la sécurité de leur enfant. • Communiquer avec les parents de l'élève de 14 ans et plus qui présente une urgence suicidaire élevée et qui refuse l'aide ou un suivi approprié. • Signaler la situation à la Direction de la protection de la jeunesse, si les parents ne veulent pas ou ne semblent pas pouvoir collaborer. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Vérifier dès que possible, auprès des parents, les motifs d'absence d'un élève à risque suicidaire. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Rencontrer, en petits groupes, les amis proches de la victime. 			


Précisions sur les actions à réaliser...


Quoi faire?	Qui le fait?	Identification du local lorsqu'il y a lieu	
<ul style="list-style-type: none"> Ramasser les objets personnels de la victime le jour même de l'annonce. S'il semble y avoir une lettre ou des objets relatifs à ses intentions suicidaires, les remettre à la police. Pour le reste, remettre le tout à la famille, de préférence après l'inhumation. 			
<ul style="list-style-type: none"> Recueillir, auprès du personnel scolaire, tous les indices pouvant laisser croire à des risques suicidaires chez des élèves (<i>l'information peut être recueillie durant toute la première journée</i>). 			
<ul style="list-style-type: none"> Rencontrer les enseignants qui en ressentent le besoin, individuellement ou en groupes, afin de répondre à leurs questions ou pour leur apporter aide et soutien. 			
<ul style="list-style-type: none"> Réaliser la rencontre de verbalisation en fin de journée auprès des membres de l'équipe d'intervention-suicide. 			
<ul style="list-style-type: none"> Faire le bilan de la première journée d'intervention, mettre à jour le tableau d'identification des besoins des élèves (analyse de la situation) et planifier le jour 2 prévu au plan d'action. Cette rencontre peut se faire à la fin du jour 1 ou au début du jour 2. 			Pages 114-115

JOUR 2


Quoi faire?	Qui le fait?	Identification du local, lorsqu'il y a lieu	
<ul style="list-style-type: none"> Effectuer toutes les tâches qui n'ont pu être réalisées durant le jour 1. 			

Précisions sur les actions à réaliser...


Quoi faire?	Qui le fait?	Identification du local, lorsqu'il y a lieu	
<ul style="list-style-type: none"> • Prendre contact avec la famille une deuxième fois : <ul style="list-style-type: none"> a) pour les informer brièvement des actions entreprises dans l'école; b) pour connaître leurs intentions et obtenir leur accord à la participation des élèves aux funérailles. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Assurer une présence dans un local désigné afin d'aider, de soutenir et de répondre aux questions des élèves qui en ressentent le besoin. 	L'intervenant psychosocial		
<ul style="list-style-type: none"> • Rencontrer, individuellement ou en petits groupes, tous les élèves qui ont besoin d'aide et de soutien. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Identifier les élèves proches de la victime qui fréquentent d'autres écoles. • Aviser les directeurs des écoles concernées que des proches de la victime peuvent avoir besoin d'aide et suggérer de communiquer avec les ressources appropriées. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Mettre à jour la liste des élèves à risque suicidaire. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Apporter un soutien aux enseignants dans leurs interventions auprès des élèves, si nécessaire. 			

Quoi faire?	Qui le fait?	Identification du local, lorsqu'il y a lieu	
<ul style="list-style-type: none"> • Se préparer pour la journée des funérailles : <ul style="list-style-type: none"> a) prendre contact avec la famille pour connaître leurs intentions et obtenir leur accord à la participation des élèves aux funérailles; b) prendre contact avec le curé, si nécessaire; c) préparer la visite au salon funéraire, si nécessaire; d) préparer le transport des élèves, si nécessaire; e) prévoir l'achat de fleurs ou la collecte de dons, si nécessaire; f) préparer les textes, si nécessaire. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Intervenir auprès des jeunes si des situations particulières se présentent (ex. : la famille refuse la participation des élèves aux funérailles, la famille procède à l'incinération, etc.). 			
<ul style="list-style-type: none"> • Recueillir l'information au sujet des élèves vulnérables et à risque suicidaire auprès du personnel de l'école. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser la rencontre de verbalisation en fin de journée auprès des membres de l'équipe d'intervention-suicide, si nécessaire. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Faire le bilan de la deuxième journée d'intervention, mettre à jour le tableau d'identification des besoins des élèves (analyse de la situation) et planifier le jour 3 prévu au plan d'action. Cette rencontre peut se faire à la fin du jour 2 ou au début du jour 3. 			Pages 114-115


JOUR 3

Quoi faire?	Qui le fait?	Identification du local, lorsqu'il y a lieu	
<ul style="list-style-type: none"> Effectuer toutes les tâches qui n'ont pu être réalisées durant le jour 2. 			
<ul style="list-style-type: none"> 			
<ul style="list-style-type: none"> 			
<ul style="list-style-type: none"> 			
<ul style="list-style-type: none"> 			
<ul style="list-style-type: none"> 			


Précisions sur les actions à réaliser...

Quoi faire?	Qui le fait?	Identification du local, lorsqu'il y a lieu	
<ul style="list-style-type: none"> • Évaluer le besoin d'assurer une présence aux locaux désignés pour les élèves. • Assurer une présence aux locaux désignés pour les élèves, si nécessaire. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Mettre à jour la liste des élèves à risque suicidaire et intervenir au besoin. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Offrir du soutien aux élèves et aux enseignants qui en ressentent le besoin. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Recueillir l'information au sujet des élèves vulnérables et à risque suicidaire auprès du personnel scolaire. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser la rencontre de verbalisation en fin de journée auprès des membres de l'équipe d'intervention-suicide, si nécessaire. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Faire le bilan de la troisième journée d'intervention, mettre à jour le tableau d'identification des besoins des élèves (analyse de la situation) et planifier le jour 4 prévu au plan d'action. Cette rencontre peut se faire à la fin du jour 3 ou au début du jour 4. 			Pages 114-115


JOUR 4

Quoi faire?	Qui le fait?	Identification du local, lorsqu'il y a lieu	
<ul style="list-style-type: none"> Effectuer toutes les tâches qui n'ont pu être réalisées durant le jour 3. 			
<ul style="list-style-type: none"> 			
<ul style="list-style-type: none"> 			
<ul style="list-style-type: none"> 			
<ul style="list-style-type: none"> 			
<ul style="list-style-type: none"> 			


Précisions sur les actions à réaliser...

Quoi faire?	Qui le fait?	Identification du local, lorsqu'il y a lieu	
<ul style="list-style-type: none"> • Évaluer le besoin d'assurer une présence aux locaux désignés pour les élèves. • Assurer une présence aux locaux désignés pour les élèves, si nécessaire. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Mettre à jour la liste des élèves à risque suicidaire et intervenir au besoin. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Offrir du soutien aux élèves et aux enseignants qui en ressentent le besoin. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser la rencontre de verbalisation en fin de journée auprès des membres de l'équipe d'intervention-suicide, si nécessaire. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Faire le bilan de la quatrième journée d'intervention, mettre à jour le tableau d'identification des besoins des élèves (analyse de la situation) et planifier le jour 5 prévu au plan d'action. Cette rencontre peut se faire à la fin du jour 4 ou au début du jour 5. 			Pages 114-115

JOUR 5

Quoi faire?	Qui le fait?	Identification du local, lorsqu'il y a lieu	
<ul style="list-style-type: none"> • Effectuer toutes les tâches qui n'ont pu être réalisées durant le jour 4. 			
<ul style="list-style-type: none"> • 			
<ul style="list-style-type: none"> • 			
<ul style="list-style-type: none"> • 			
<ul style="list-style-type: none"> • 			
<ul style="list-style-type: none"> • 			

Précisions sur les actions à réaliser...

Quoi faire?	Qui le fait?	Identification du local, lorsqu'il y a lieu	
<ul style="list-style-type: none"> • Évaluer le besoin d'assurer une présence aux locaux désignés pour les élèves. • Assurer une présence aux locaux désignés pour les élèves, si nécessaire. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Mettre à jour la liste des élèves à risque suicidaire et intervenir au besoin. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Offrir du soutien aux élèves et aux enseignants qui en ressentent le besoin. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser la rencontre de verbalisation auprès des membres de l'équipe d'intervention-suicide, si nécessaire. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Faire le bilan de la cinquième journée d'intervention. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Faire un bilan écrit des interventions réalisées depuis le jour 1. 			
<ul style="list-style-type: none"> • Apporter les corrections nécessaires, s'il y a lieu. 			



Préparer les informations à transmettre aux parents des élèves de l'école



Qui le fait?

Le directeur de l'école et les membres de l'équipe d'intervention-suicide.



Quand?

Lors de la réunion de l'équipe d'intervention-suicide.

Il peut devenir nécessaire de prévoir une rencontre en soirée avec les parents dans la semaine qui suit le suicide.



Voici le canevas d'une lettre qui pourrait être envoyée à tous les parents ayant un enfant qui fréquente l'école (vous pouvez aussi inclure le dépliant de sensibilisation à la problématique du suicide de votre école) :

Date : _____

AUX PARENTS DES ÉLÈVES DE L'ÉCOLE,

Bonjour Madame, Monsieur,

Lors de la fin de semaine, nous apprenons le décès par suicide d'un de nos adolescents. Nous sommes tous affectés par le décès de cet élève.

À l'école, nous avons mis sur pied une équipe d'intervention afin d'aider les gens concernés à traverser cette situation difficile, autant pour les jeunes que pour le personnel de l'école.

Il est possible que votre ou vos jeunes aient besoin d'en parler à la maison. Nous vous invitons à leur accorder du temps pour écouter ce qu'ils ont à dire.

Cette semaine, si vous êtes inquiets à propos des réactions de votre adolescent ou de votre adolescente, vous pouvez prendre contact avec le coordonnateur de l'équipe d'intervention-suicide, Monsieur _____, qui verra à vous soutenir dans l'aide à apporter aux jeunes et évaluer le besoin que votre enfant soit rencontré par un membre de l'équipe.

Soyez assurés de notre collaboration et que votre démarche sera traitée de façon confidentielle.

Le directeur de l'école



Préparer les informations à transmettre au personnel de l'école



Qui prépare les informations?

Les membres de l'équipe d'intervention-suicide.



Quand?

Lors de la réunion de l'équipe d'intervention-suicide.



Qui transmet les informations au personnel de l'école?

Le directeur de l'école et un intervenant psychosocial de l'équipe.



Quand?

Avant d'intervenir auprès des élèves.



Message type à diffuser auprès du personnel de l'école :

Le canevas d'un message à diffuser auprès du personnel de l'école est présenté à la page suivante. Les éléments abordés sont à adapter ou à compléter selon la situation.

CANEVAS D'UN MESSAGE À DIFFUSER AUPRÈS DU PERSONNEL

Date : _____

Madame, Monsieur,

Il se produit quelquefois des événements tragiques qui sont difficiles à comprendre à première vue. Ce matin, nous avons appris une triste nouvelle. En fin de semaine, nous avons appris le décès par suicide d'un de nos élèves, _____, inscrit au programme de _____.

Vendredi soir, _____ s'est enlevé la vie chez lui avec une arme à feu. Il a été trouvé dans sa chambre et transporté d'urgence à l'hôpital. Il est décédé instantanément. Le médecin a classé sa mort comme un suicide. On ne sait pas vraiment pourquoi _____ a posé un tel geste, la seule certitude c'est qu'il était désespéré.

Afin d'apporter un soutien au personnel touché de notre institution dans ce moment difficile et pour prévenir d'autres suicides, ainsi que les effets d'entraînement possibles, nous interviendrons dans l'école durant les quelques jours à venir. Nos principales interventions seront les suivantes :

Toute personne qui a un lien direct avec cette situation ou qui connaissait l'élève disparu et qui aurait besoin de support, peut venir chercher de l'information ou de l'aide au local _____. Une personne-ressource de l'équipe d'intervention-suicide sera là de _____ heures à _____ heures aujourd'hui et _____ vous dirigera vers le service approprié si elle ne peut pas répondre à vos besoins ou à vos questions.

Quelques élèves sont déjà au courant du décès, d'autres l'apprendront en classe. Nous croyons que le moment et le lieu les plus propices pour annoncer la nouvelle sont _____. À cet effet, nous comptons sur votre collaboration pour annoncer la nouvelle à vos élèves au début du cours. Un message déjà formulé est joint à cette lettre. Nous vous suggérons de le lire à votre groupe d'élèves. Nous vous suggérons également de prendre le temps nécessaire dans le cours pour permettre à vos élèves de poser leurs questions, d'exprimer leurs réactions et leurs émotions. Quelques questions clés pouvant vous aider à entamer la discussion seront jointes au message annonçant la nouvelle à vos élèves. Si vous avez besoin de quelqu'un pour vous aider dans cette démarche auprès de vos élèves, veuillez en faire part à un membre de l'équipe d'intervention-suicide disponible au local _____.

Nous vous rappelons les noms des personnes constituant l'équipe d'intervention-suicide :

_____, _____, _____
_____, _____, _____
_____, _____, _____

Si vous identifiez un jeune qui a besoin d'aide (vous retrouverez des indices à cet effet dans votre guide du personnel), s'il vous plaît, accompagnez-le vers le local _____ ou faites part de l'information que vous possédez à un membre de l'équipe d'intervention-suicide.

Cette semaine peut être difficile pour vous et vos élèves. N'hésitez pas à utiliser les ressources de l'équipe d'intervention-suicide. Nous sollicitons votre collaboration en tant que personne significative auprès de vos élèves et nous tenons à vous remercier.

Le coordonnateur et les membres de l'équipe d'intervention-suicide



Préparer les informations à transmettre aux élèves concernés



Message type à lire ou à dire aux élèves à ____ heures, au début du cours (à l'intention des enseignants) :

Nous suggérons aux enseignants de lire ou dire ce qui suit à leur groupe d'élèves.

Annnonce du suicide :

Il se produit quelquefois des événements tragiques qui sont difficiles à comprendre à première vue. Ce matin, nous avons appris une triste nouvelle.

Un de nos élèves, _____ de l'école _____, s'est enlevé la vie vendredi soir chez lui, à l'aide d'une arme à feu. Il est mort instantanément. L'hôpital n'a eu qu'à constater son décès.

Nous sommes tous durement touchés par cet événement. L'ensemble des enseignants sympathisent avec la famille et avec vous. Nous comprenons que plusieurs élèves soient sous le choc et ressentent une grande peine.

Dans ce contexte, nous avons cru bon de vous offrir d'en parler en groupe ou de façon individuelle. On peut en parler en classe maintenant. Ceux qui ressentent le besoin d'en parler à un intervenant de l'équipe peuvent se rendre au local _____ après le cours. Si vous croyez qu'un ami vit cet événement péniblement, allez en parler à un intervenant de l'équipe. Les informations que vous donnerez seront traitées de façon confidentielle.

Chacun d'entre vous peut penser avoir trouvé les raisons du geste de _____. Ne cherchez pas, lui seul a la réponse comme chacun de vous a son secret personnel. Pouvons-nous en parler entre nous? En avez-vous le goût?

CANEVAS D'ANIMATION – SÉANCE DE VERBALISATION

(à l'intention du personnel enseignant)

- ✓ *Invitez les élèves à l'échange sans toutefois insister. Certains peuvent préférer parler sans la présence du groupe. Prenez quelques minutes de silence, s'il le faut, avant de commencer la discussion.*
- ✓ *Afin d'amorcer l'échange, les questions suivantes peuvent être posées :*
 - a) **Étiez-vous plusieurs à le connaître?**
 - b) **Que partagiez-vous avec lui?**
 - c) **Quelles ont été vos réactions à l'annonce de son décès?**
 - c) **Comment réagissez-vous maintenant? (Cette question peut amener l'expression de sentiments divers : tristesse, colère, culpabilité, etc.)**
 - d) **Que pensez-vous de ce décès par suicide?**
- ✓ *Normalisez les émotions exprimées (ex. : c'est normal de se sentir coupable, triste, choqué, etc.). Rassurez les élèves ébranlés en leur expliquant que « même si c'est difficile, le fait de parler et de partager amène un certain soulagement ».*
- ✓ *Minimisez le blâme (ex. : Vous ne devez pas vous sentir responsable de sa mort. Cette responsabilité appartient à lui seulement.).*
- ✓ *Devant des réflexions comme « il a fait preuve de courage », ramenez la discussion au fait que le suicide n'est pas une question de courage ou de lâcheté, pas plus que les personnes qui lancent des appels à l'aide ne sont pas sérieuses dans leurs intentions. Les personnes suicidaires souffrent tellement qu'elles ne veulent pas mourir, mais plutôt elles veulent mettre fin à leur souffrance.*
- ✓ *Devant des réflexions comme « il a toujours voulu attirer l'attention de toute façon », expliquez que les personnes suicidaires qui semblent vouloir attirer l'attention ne connaissent probablement et malheureusement que ce moyen pour exprimer leur souffrance et demander de l'aide. Rappelez que cette façon de chercher de l'aide n'est toutefois pas la bonne manière de faire.*
- ✓ *Demandez aux élèves s'ils ressentent le besoin d'en parler et à qui ils peuvent en parler. Encouragez-les à parler avec leurs parents et leurs amis. Rappelez que le suicide n'arrive pas à tout le monde et qu'il ne résulte pas uniquement de quelques difficultés occasionnelles.*
- ✓ *Soyez attentif aux élèves qui expriment l'idée que X, lui, a trouvé la bonne solution de régler ses problèmes et ses difficultés. Référez ces élèves, ou mieux, accompagnez-les auprès d'un membre de l'équipe d'intervention-suicide après le cours.*
- ✓ *Enfin, faites connaître les ressources de l'équipe (le local désigné) et les ressources extérieures, et distribuez un dépliant sur lequel apparaissent les ressources du milieu.*

Autoriser le report des travaux et des examens si nécessaire



Qui le fait?

Le directeur de l'école.



Quand?

Lors de la rencontre avec les enseignants.

Note :



Établir la liste des amis de la victime à rencontrer individuellement avant l'annonce du suicide aux autres groupes d'élèves



Qui le fait?

Les membres de l'équipe d'intervention-suicide.



Quand?

Lors de la réunion avec l'équipe d'intervention-suicide.

Nom	Prénom	Programme	Nature du lien
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____



Prendre contact avec la famille de la victime



Qui le fait?

Le directeur de l'école.



Quand?

- ✓ Le premier contact se fera le jour 1 de l'application du plan d'action.
- ✓ Le deuxième contact se fera le jour 2 de l'application du plan d'action.



Coordonnées des parents de l'élève décédé :

Nom et prénom du père : _____

Adresse civique : _____

☎ : _____

Nom et prénom de la mère : _____

Adresse civique : _____

☎ : _____

« Lors du 1^{er} contact avec la famille »



Transmettre ses sympathies au nom de l'école.



Offrir aide et soutien au besoin :

Offrez à la famille une aide professionnelle en lui proposant le nom d'une personne-ressource du CLSC, par exemple :

- ✓ Nom de la personne-ressource à rejoindre au CLSC.
- ✓ Autres ressources disponibles.
- ✓ La famille de la victime a été rejointe le _____ à _____ heures.

« Lors du 2^e contact avec la famille »



L'informer brièvement des actions entreprises dans l'école.



Connaître ses intentions et obtenir son accord à la participation des élèves aux funérailles.

Notes :

Les rituels funéraires

Les jeunes peuvent vouloir poser un geste symbolique afin de souligner l'importance que la personne décédée par suicide avait à leurs yeux. « Le rituel est un langage (paroles, gestes et symboles) qui donne un sens au réel. Il sert à exprimer des idées et des affects (angoisse, peur, chagrin) et il donne l'occasion aux personnes touchées de poser des gestes concrets et s'approprier la réalité de la mort (Roy, Parrot, Proulx, Chagnon et Tremblay, 1999) » (tiré de Séguin, et autres, 2004).

Il faut toutefois faire attention au contenu de ces rituels :

- « Il est important de ne rien faire pour valoriser, glorifier ou donner une explication simpliste au suicide » (Séguin, et autres, 2004). Par exemple, faire une vidéocassette sur la personne suicidée, ériger un sanctuaire, afficher une ou plusieurs photographies opulentes de la personne.
- Il n'est pas recommandé que soient représentés, dans le cadre de ces rituels, des textes, des images ou autres symboles provenant d'une personne suicidée (ex. : paroles d'une chanson de « Dédé » Fortin).

« Par contre, il est important de regarder le sens de ces gestes pour ceux qui désirent les mettre en place et les aider à exprimer leurs réactions de deuil de façon appropriée » (Séguin, et autres, 2004). L'équipe d'intervention-suicide, constituée d'adultes, a une responsabilité pour s'assurer que ces balises permettent un rituel sain pour les jeunes, en minimisant le risque de conséquences négatives.



Rencontrer individuellement les amis proches de la victime pour leur annoncer la nouvelle et leur offrir aide et soutien



Qui le fait?

Le coordonnateur ou les membres de l'équipe d'intervention-suicide.



Quand?

Avant l'annonce aux autres groupes d'élèves, si possible.

- Identifiez les élèves proches du jeune décédé par suicide à l'aide de la liste des élèves établie lors de la réunion de l'équipe.
- Rencontrez individuellement chaque élève identifié « amis, blonde, chum... » avant de faire l'annonce du suicide aux groupes d'élèves, si possible.
- Vérifiez auprès de l'élève rencontré s'il est au courant de l'événement. S'il n'est pas au courant de la nouvelle, faites-lui part de la nouvelle.
- Offrez-lui la possibilité d'assister à une rencontre pour les proches de la victime. S'il accepte, lui demander de se rendre au local désigné à l'heure désignée.
- Vérifiez auprès de l'élève s'il se sent prêt à rester en classe lors de l'annonce du suicide en groupe.
- Vérifiez s'il a besoin d'aide et de soutien dans l'immédiat. Si oui, l'accompagner au local désigné où se trouve l'intervenant psychosocial de l'équipe.



Rencontrer les élèves qui en ressentent le besoin dans le local désigné



Qui le fait?

L'intervenant psychosocial de l'équipe d'intervention-suicide.



Quand?

Durant toute la première journée. La situation est à évaluer pour les jours 2 à 5.



Évaluer les besoins de l'élève :

Les besoins des élèves qui seront rencontrés individuellement peuvent être de divers ordres, en fonction de leur lien avec la victime ou du lien avec le projet suicidaire de la victime. Le tableau suivant aidera à départager les différents besoins d'intervention de ceux-ci :

Qui	Besoins	Interventions	Voir précisions
<i>Quelqu'un qui présente des signes de grande vulnérabilité (désorganisation, sentiment d'impuissance, incapacité à évacuer une grande tension) ou des idéations suicidaires.</i>	<ul style="list-style-type: none"> Désamorcer la crise (en se centrant sur les facteurs déclencheurs et la résolution de problème). Désamorcer la crise suicidaire. 	<ul style="list-style-type: none"> Intervention de crise Intervention de crise suicidaire 	Pages 35-44
<i>Quelqu'un qui a été exposé directement à la scène du suicide, qui a été lié de près au projet suicidaire de la victime, etc.</i>	<ul style="list-style-type: none"> S'exprimer sur les émotions et les réactions vécues. Comprendre l'événement traumatisant. 	<ul style="list-style-type: none"> Intervention de type « débriefing » Intervention sur l'état de stress post-traumatique 	Pages 143-144
<i>Quelqu'un qui entretenait un lien affectif avec la victime, qui est proche, et qui vit un grand bouleversement émotionnel.</i>	<ul style="list-style-type: none"> Amorcer adéquatement le processus de deuil. 	<ul style="list-style-type: none"> Intervention précoce de deuil Counseling de deuil 	Pages 140-141 Pages 142
<i>Quelqu'un qui est bouleversé par la nouvelle.</i>	<ul style="list-style-type: none"> Verbaliser sur l'événement et ses réactions face à l'événement. Vérifier les autres besoins psychologiques qui ne sont pas nécessairement en lien avec le suicide. 	<ul style="list-style-type: none"> Verbalisation en individuel Relation d'aide et référence au besoin Retour aux activités habituelles 	Page 137



Quelques pistes d'intervention :

Au-delà des besoins spécifiques identifiés lors de l'entrevue, il n'y a pas d'intervention type pour ce genre de rencontre informelle. Toutefois, certaines **pistes** d'intervention peuvent être utiles à l'intervenant lors des échanges avec les élèves qui se rendront au local désigné. Elles sont les suivantes :

- ✓ *Offrez la possibilité d'un suivi individuel à tout élève qui en manifeste le besoin ou encore à tout élève que vous croyez vulnérable ou à risque suicidaire. Si suffisamment d'élèves manifestent le besoin d'un « débriefing », d'une intervention précoce de deuil, ou d'une séance de verbalisation, considérez la possibilité de former un groupe.*
- ✓ *Adoptez une attitude réceptive, compréhensive et empathique. Créez un climat propice à la confiance et au partage.*
- ✓ *Dissipez les rumeurs en clarifiant les faits sur les événements liés au suicide, lorsque nécessaire.*
- ✓ *Respectez l'expression des émotions quelles qu'elles soient (ex. : impuissance, angoisse, révolte, inquiétude, tristesse, etc.).*
- ✓ *Nommez les émotions, ne pas les raisonner. L'anxiété et la peur peuvent être fortes et peuvent s'exprimer directement ou par des malaises physiques.*
- ✓ *Recommandez à l'élève d'être patient et de se tourner vers un adulte avec qui il est à l'aise, d'éliminer les autres sources de stress, de faire de l'exercice, etc.*
- ✓ *Rappelez que tout le monde peut être touché à sa façon par le suicide de X, tant ceux qui le connaissaient bien que ceux qui le connaissaient moins.*
- ✓ *Démystifiez les tabous entourant le suicide de X. Par exemple, si un élève exprime l'idée que la victime a fait preuve de courage, ramenez la discussion au fait que le suicide n'est pas une question de courage ou de lâcheté, mais plutôt une question de souffrance devenue tellement insoutenable pour ces personnes, que le suicide est perçu comme la seule solution.*
- ✓ *Aidez l'élève à réinvestir graduellement dans ses activités à l'école et ailleurs.*



Intervention précoce de deuil



Quoi?

Rencontrer, en petits groupes, les amis proches ou les élèves qui avaient une activité en commun avec la victime (ex. : équipe sportive, conseil étudiant, etc.) afin de favoriser une amorce saine du processus de deuil.



Qui le fait?

Deux intervenants de l'équipe d'intervention-suicide, dont l'intervenant psychosocial de l'équipe.



Quand?

Dans les cinq jours suivant l'annonce du suicide.



Quelques pistes d'intervention

Accueillez les participants :

- ✓ *Présentez-vous et expliquez le but de la rencontre. (ex. : « Discuter de nos réactions suite à l'annonce de cette triste nouvelle... »).*
- ✓ *Adoptez une attitude réceptive, compréhensive et empathique. Créez un climat propice à la confiance et au partage.*
- ✓ *Invitez les élèves à l'échange sans toutefois insister; certains peuvent préférer parler sans la présence du groupe.*
- ✓ *Rassurez les élèves en leur expliquant que, même si c'est souvent difficile, le fait de parler et de partager sa peine et les autres réactions possibles amènent un certain soulagement.*
- ✓ *Recadrer si le suicide est décrit en termes positifs (ex. : suicide réussi).*

Reconstituez une description des événements :

- ✓ *Demandez aux élèves de décrire leurs souvenirs au sujet de leur ami ou de la personne (« C'était qui pour vous? » Cette question peut amener l'expression de sentiments divers : joie, tristesse, colère, etc.).*
- ✓ *Demandez aux élèves de décrire ce qu'ils savent sur la journée du décès et sur les événements qui ont mené au suicide.*
- ✓ *Demandez aux élèves ce qu'ils savent sur les événements durant les derniers mois qui ont accentué les difficultés de la victime, sur son état de santé mentale.*
- ✓ *Rappelez l'information concernant le suicide de l'élève; aidez-les à comprendre. Clarifiez les faits sur le suicide, dissipez les rumeurs et voyez à ce que le message soit bien compris.*

Demandez aux élèves de décrire leurs réactions et encouragez l'expression des émotions :

- ✓ *Rappelez que tout le monde vit un deuil à sa façon et qu'il n'y a pas une bonne ou une mauvaise façon de vivre un deuil. Précisez que tous nous pouvons être touchés par le suicide de l'élève, chacun à sa façon, tant ceux qui connaissent bien l'élève que ceux qui le connaissent moins.*
- ✓ *Demandez aux élèves comment ils ont réagi à la suite de l'annonce et comment ils réagissent et se sentent maintenant.*
- ✓ *Expliquez et normalisez l'expression des émotions tels la peur, le choc, la tristesse, la colère, la culpabilité envers soi ou envers le jeune qui s'est suicidé (l'information recueillie sur les réactions des jeunes peut alimenter nos exemples). Expliquez les réactions initiales de deuil que sont le choc et le déni, le sentiment d'irréel, l'incompréhension, etc.*
- ✓ *Précisez qu'il n'y a personne à blâmer pour le suicide. On peut comprendre le désir de trouver des coupables et des pourquoi, cependant la seule personne qui sait la réponse n'est plus là.*
- ✓ *Minimisez le blâme et la culpabilité; personne ne peut assumer la responsabilité d'un suicide.*

Amenez les élèves à réfléchir et à verbaliser sur leurs propres réactions face à un problème qu'ils rencontrent (résolution de problème) :

- ✓ *Demandez aux élèves s'ils en ont parlé avant cette rencontre et à qui ils en ont parlé. Comment ont réagi leurs parents et leurs amis. Encouragez-les à parler avec leurs parents et amis de leurs sentiments et de leur façon de voir et concevoir le suicide.*
- ✓ *Selon eux, que peuvent-ils faire et que peut faire le milieu pour prévenir le suicide : animer un « brainstorming » avec les élèves.*
- ✓ *Demandez aux jeunes de penser à un problème (qui leur semblait important) et qu'ils ont résolu.*
- ✓ *Demandez aux jeunes comment ils sont arrivés à résoudre leur problème : les solutions imaginées, la solution choisie, pourquoi cette alternative plutôt qu'une autre, les conséquences de leur décision.*
- ✓ *Demandez aux élèves quelles sont les alternatives au suicide comme solutions à un problème.*

Identifiez les ressources d'aide :

- ✓ *Remettez aux étudiants un petit dépliant avec les ressources disponibles.*
- ✓ *Offrez aux élèves la possibilité de rencontrer une ressource de l'école s'ils en ressentent le besoin (ex. : culpabilité, désespoir, idées suicidaires) ou encore de rencontrer un adulte significatif pour eux.*



Le counseling de deuil



Quoi?

Rappelons d'abord que ce ne sont pas tous les endeuillés qui ont besoin d'un soutien extérieur; il faut s'interroger sur la « normalité » des réactions de deuil qui sont vécues par la personne. Le counseling de deuil s'adresse aux endeuillés ayant besoin d'aide pour assumer certains éléments du processus de deuil, à faciliter le travail de deuil, tandis que la thérapie de deuil vise les individus qui ont développé un deuil compliqué. Le counseling de deuil peut être réalisé en petits groupes ou de façon individuelle.



Qui le fait?

Deux intervenants de l'équipe d'intervention-suicide, dont l'intervenant psychosocial de l'équipe.



Quand?

Quelques semaines après l'annonce du suicide; rencontres sur une base hebdomadaire.



Quelques pistes d'intervention

- ✓ *Abordez la relation avec la personne décédée, les événements précédant le suicide.*
- ✓ *Offrez un soutien qui leur procure écoute et réconfort émotif afin de pouvoir se confier, sans crainte d'être jugés. Le soutien permet de trouver un sens à une expérience douloureuse comme celle du suicide et d'atténuer les conséquences physiques et psychologiques liées au deuil par suicide, dont la stigmatisation sociale et la culpabilité. Il faut particulièrement se centrer sur l'état dépressif qui peut survenir dans les mois qui suivent et qui pourrait rendre le jeune vulnérable au suicide.*
- ✓ *Offrez de l'information au sujet du déroulement du deuil (étapes et réactions) afin de valider leurs comportements et leurs sentiments. Il ne s'agit pas de minimiser ou de rationaliser la perte.*
- ✓ *Identifiez les thèmes associés aux sentiments de culpabilité et de honte.*
- ✓ *Comme le deuil est un processus de détachement qui peut s'étendre sur plusieurs mois, les interventions doivent s'ajuster à cette réalité. Le groupe peut se rencontrer à quelques reprises autour de thèmes qui proposent un cheminement progressif du travail de deuil et offrent aux endeuillés l'opportunité d'explorer leurs émotions en fonction des différentes étapes du processus de deuil. À la fin de ces rencontres, on peut fixer des rencontres de suivi avec le groupe à différentes périodes (ex. : lors de dates significatives tels l'anniversaire de la victime ou au moment de l'anniversaire de son décès).*
- ✓ *Afin de passer à travers les étapes du deuil sans complication, une personne devra pouvoir :*
 - accepter la réalité de la perte;
 - exprimer ce qu'elle ressent (chagrin, culpabilité, etc.);
 - clarifier toute situation inachevée avec la personne décédée, internaliser le lien d'attachement;
 - briser l'isolement social.



L'intervention de type « débriefing »



Quoi?

Le « débriefing » doit intégrer tous les individus qui ont été témoins de la scène; des questions ouvertes mais spécifiques sont posées aux participants afin de les amener à réfléchir à un niveau cognitif et émotionnel.



Qui le fait?

Deux intervenants de l'équipe d'intervention-suicide, dont l'intervenant psychosocial de l'équipe.



Quand?

Il devrait être conduit dans les 24 à 72 heures suivant l'exposition à l'incident; la rapidité d'intervention détermine généralement si la perturbation sera bien résolue ou si elle sera la source de difficultés futures.

1) Phase d'introduction

- Les animateurs de la séance se présentent.
- Les règles de fonctionnement de la rencontre sont établies :
 - (a) le respect de la confidentialité;
 - (b) les participants ne sont pas obligés de parler;
 - (c) le dévoilement n'est pas utilisé contre les participants;
 - (d) les participants sont traités de façon équitable et avec respect;
 - (e) le « débriefing » n'est pas un moyen destiné à la critique, il vise plutôt la ventilation des émotions.

2) Phase des faits

- Les participants sont amenés à décrire les faits en lien avec eux, l'incident et leurs activités au moment de l'événement.
- Les participants, à tour de rôle, si possible, décrivent les faits jusqu'à ce que l'incident soit recréé.

3) Phase de la pensée

- On demande aux participants de décrire quelles ont été leurs premières pensées au moment de l'incident. Cette étape permet aux participants de révéler des pensées allant au-delà des faits.

4) Phase de réaction

- Les participants sont encouragés à discuter des effets de l'événement sur eux et sur leur entourage.
- L'attention est entièrement dirigée vers les réactions des participants au moment et à la suite de l'incident.

5) Phase d'enseignement

- Les intervenants identifient les caractéristiques physiques, émotionnelles et comportementales associées au stress.
- L'accent est mis sur la « normalité » de vivre des expériences stressantes dans la vie.
- On enseigne aux participants à reconnaître les signes du stress et on leur montre des techniques de réduction du stress.

6) Phase de retour

- Cette dernière étape est consacrée aux questions, aux encouragements et à l'établissement de plans d'action.
- On fait un résumé de la séance de « débriefing ».
- On informe les participants sur les ressources additionnelles à consulter en cas de besoin.

Journal de bord des membres de l'équipe d'intervention-suicide

Bilan des actions réalisées en lien avec l'implantation du programme

Actions réalisées	Dates et détails sur le déroulement (nombre de participants, climat, etc.)	Difficultés rencontrées	Pistes de solutions, modifications proposées
Sensibilisation du personnel scolaire			
Distribution des dépliants aux étudiants			
Distribution des dépliants aux parents			
Rencontre bilan et évaluation			
Autres			

Besoins que vous identifiez :

Pour favoriser les liens avec les partenaires (ex. : centre hospitalier, maison des jeunes) : _____

Pour faciliter le rôle du personnel scolaire : _____

Bilan des interventions (crise suicidaire, à la suite d'une tentative, à la suite d'un suicide)

Interventions réalisées	Dates et détails sur le déroulement (motifs d'intervention, analyse de la situation, ressources utilisées, etc.)	Difficultés rencontrées	Pistes de solutions, modifications proposées

Note : Afin de vous aider à évaluer les interventions, référez-vous aux objectifs, rôles et responsabilités et aux principes de base à respecter, aux pages suivantes. *Crise suicidaire* : p. 31-34, *Tentative de suicide* : p. 59-60, *Suicide* : p. 87-88.

Besoins que vous identifiez :

Pour améliorer les interventions (ex. : formations, clarification des protocoles, etc.) : _____

Satisfaction relatif au programme

Pour chacun des éléments suivants, inscrivez votre niveau de satisfaction dans la case correspondante :

Éléments du projet	Niveaux de satisfaction			Commentaires
	Très satisfait	Moyennement satisfait	Peu satisfait	
Les informations livrées				
Les protocoles d'intervention				
Le climat dans l'équipe				
Le climat scolaire				
L'état de santé des élèves				
La formation				
Mon niveau d'aisance à jouer le rôle qui m'est demandé				
La quantité de travail demandé				
Les effets sur les élèves et la communauté scolaire				
Le projet dans son ensemble				

Tout autre commentaire : _____

Merci de votre participation!

Ouvrages de référence

- ALLARD, Claire. *Intervenir en situation de crise (suicide chez les adolescents)*, Plan d'action, Polyvalente Sainte-Thérèse, 1993.
- BARBEAU, Sophie, et autres. *Dépistage et intervention de crise auprès des jeunes à risque suicidaire*, Paramètres d'action et outils d'intervention, CLSC Malauze, Matapédia, 1993.
- BREAULT, René, et autres. *Guide pour la prévention du suicide à l'intention du personnel du Collège de Limoilou, Le suicide : Quoi faire?*, Collège de Limoilou, CPSQ, 1994.
- Bulletin de liaison de l'Association québécoise des psychologues scolaires*, 1996.
- CHEVRIER, Hélène. *Implantation d'un programme intervention-prévention du suicide à la polyvalente des Îles*, Comité d'implantation, Îles-de-la-Madeleine, 1994.
- GALLAGHER, Rodrigue. *Le suicide...Quoi faire?*, Guide d'intervention et de référence pour les situations de crise suicidaire dans la MRC de Pabok, Direction de la santé publique Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine et Comité de travail en prévention du suicide de la MRC de Pabok, 1996.
- GALLAGHER, Rodrigue. *Prévenir le suicide en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine, programme-cadre de prévention du suicide*, Département de santé communautaire, CH l'Hôtel-Dieu de Gaspé, 1993.
- GALLAGHER, Rodrigue. *Rapport sur la situation relative au problème de contagion des comportements suicidaires à l'École des Deux-Rivières et proposition d'un plan d'intervention*, Département de santé communautaire de Gaspé, 1992.
- GAREL, Patricia. *Éditorial*, dans la revue trimestrielle, PRISME, automne 1995, vol. 5, n° 4.
- GRAVEL, Carol et Robert SIMON. *Programme de postvention en milieu scolaire; intervenir à la suite d'un suicide*, CPS 02, 1994.
- RAYMOND, Sylvaine. *La réinsertion d'un jeune en milieu scolaire suite à une tentative de suicide*, Conférence présentée dans le cadre de l'Association provinciale de suicidologie, Saint-Jérôme, 1994.
- RAYMOND, Sylvaine. *La prévention du suicide à l'école*, Document d'information, Ministère de l'Éducation du Québec, 1993.
- RAYMOND, Sylvaine. *Programme lavallois de prévention du suicide en milieu scolaire*, DSC Cité de la santé de Laval, 1991.

RENAUD, Carole. *Rencontre post-traumatique après un suicide auprès de collègues de travail ou d'intervenants et intervenantes*, Conférence présentée au Congrès annuel de l'Association canadienne pour la prévention du suicide, Moncton, 1991.

SÉGUIN, Monique, Françoise ROY, Mélanie BOUCHARD, Rodrigue GALLAGHER, Sylvaine RAYMOND, Carol GRAVEL et Richard BOYER. *Programme de postvention en milieu scolaire : Stratégies d'intervention à la suite d'un suicide*, Association québécoise de suicidologie, 2002.

TREMBLAY, Liane, et autres. *Activités de postvention en milieu scolaire ou intervention suite au suicide d'un jeune*, Commission scolaire Rocher-Percé, 1995.