
PROCOLE DE POSTVENTION EN CAS DE DÉCÈS PAR SUICIDE ET D'INTERVENTION EN CAS DE SITUATION TRAUMATISANTE

(Version abrégée)

***** Ce protocole a été adapté à partir de celui du Cégep André-Laurendeau
(basé sur celui du cégep de Trois-Rivières et du cégep de Chicoutimi)***

et,

***du Programme de postvention en milieu scolaire : Stratégies d'intervention à
la suite d'un suicide,***

***éditions AQPS, Séguin, M., Roy, F., Bouchard, M., Gallagher, R., Raymond, S.,
Gravel, C. et Boyer,***

R. (2004)

INTRODUCTION

Le protocole traite principalement des actions de postvention suite à un décès par suicide, mais plusieurs interventions peuvent aussi s'appliquer en cas de situations traumatisantes (acte violent, accident, sinistre naturel ou tout autre événement pouvant causer de la détresse ou de l'anxiété dans le milieu). Il permet de soutenir de façon rapide et concertée les membres d'une communauté.

Ce document se veut un sommaire, un guide de référence pour l'ensemble du personnel, afin de travailler de façon commune pour la mise en application du protocole.

La procédure mise en place par le Cégep vise à :

1. Assurer une intervention rapide et efficace auprès des personnes qui sont touchées par les événements.
2. Favoriser une circulation adéquate de l'information auprès de la communauté, des médias et de la famille.
3. Mettre en place un réseau d'aide permettant aux personnes endeuillées ou touchées par une situation traumatisante de bénéficier du soutien requis

Pour les cas de décès à la suite d'un suicide, les interventions de postvention visent plus spécifiquement l'atteinte de deux objectifs, soient prévenir la contagion et circonscrire la crise. Ainsi, nous nous assurons de gérer avec le plus de professionnalisme possible une crise que tous aimeraient bien pouvoir éviter en guidant la réflexion et l'action ainsi qu'en arrimant celles-ci à d'autres programmes de promotion du mieux-être et de valorisation de la vie, de prévention du suicide et d'interventions en milieu scolaire. C'est grâce à une approche globale et intégrée couvrant tous ces volets que notre milieu atteindra les résultats des plus satisfaisants en prévention du suicide.

Danielle Malkassoff, direction des services aux étudiants
Paul Payette, intervenant psychosocial
Cégep de Saint-Laurent

PROTOCOLE DE POSTVENTION

PLAN D'INTERVENTION EN CAS DE DÉCÈS PAR SUICIDE

Le décès d'un membre de la communauté collégiale implique une prise de décisions rapide, cohérente et concertée. Afin de favoriser l'efficacité recherchée, il importe que chacun connaisse son rôle et son mandat au cours des démarches qui suivent un tel événement.

Le plan d'intervention en cas de décès comporte 5 étapes distinctes :

1. Signalement du décès
2. Validation des informations et mobilisation du personnel
3. Planification des opérations
4. Réalisation des opérations et des interventions
5. Bilan du plan d'intervention

1. Signalement du décès :

Les membres de la population étudiante et le personnel sont appelés à participer activement au programme d'intervention en signalant sur-le-champ à la direction concernée la rumeur, le doute ou la nouvelle d'un décès.

Dès que vous avez l'information

Décès d'un étudiant

Direction du service à la vie étudiante : Danielle Malkassoff (poste 7262 ou 7261)
(en cas d'absence, Hugo Lamoureux, poste 7225)

Décès d'un membre du personnel

Direction des ressources humaines : poste 7266 ou 7269, local B006

Pour toute autre situation d'urgence, veuillez
aviser la sécurité :

Téléphonie interne : 5555

Cellulaire : 514-747-6521, poste 5555

Circonstances entourant la nouvelle

Il s'avère difficile de prévoir dans quelle circonstance on apprend la nouvelle, ce peut être par un étudiant, un membre du personnel, mais également par un parent ou un proche de la personne décédée.

Lorsqu'un parent ou un proche vient annoncer un décès, les premiers gestes à poser sont les suivants :

- Accueillir la personne en deuil, prendre le temps de l'écouter et lui offrir ses condoléances.
- Mettre en lien le plus rapidement possible la personne avec la direction concernée (direction des ressources humaines ou direction des services aux étudiants)

ou

- Diriger l'endeuillé vers l'intervenant, si la direction n'est pas disponible : Paul Payette, intervenant psychosocial, poste 8430, local B-040

** Si le parent ou le proche est résistant, on peut lui mentionner que notre institution scolaire a la responsabilité d'assurer le soutien nécessaire aux étudiants et aux membres du personnel affectés par l'évènement et qu'il y a donc certaines mesures et précautions à prendre afin d'offrir l'aide dont ils auront besoin.*

2. Validation des informations et mobilisation du personnel

3. Planification des opérations.(formation du comité restreint)

La direction des services aux étudiants assure la validation et la diffusion de l'information. Elle convoque la coordination du programme ou la direction adjointe concernée ou son représentant et l'intervenant psychosocial pour former un comité restreint en cas de situation traumatisante. Elle assure la coordination générale des travaux du comité restreint ou celle-ci est prise en charge par la direction des ressources humaines dans le cas d'une situation qui touche uniquement le personnel.

Formation d'un comité élargi

Le comité restreint décide de la composition du comité élargi, convoque ses membres et coordonne ses travaux. Les membres du comité élargi peuvent être choisis parmi les enseignants, cadres, responsables de coordination départementale, ressources externes (centre d'intervention de crise Iris). Les membres du comité élargi analysent l'ensemble des facteurs en cause dans la situation et définissent un plan d'action spécifique en adaptant les procédures relatives au protocole de postvention en cas de décès par suicide qui sont définis dans la suite du présent document.

4. Réalisation des opérations et des interventions

Les enseignants et autres membres du personnel seront appelés à participer au niveau de l'annonce de la nouvelle, discussion entourant le suicide en classe, du recadrage, de l'accompagnement lors de séances de ventilation et principalement au niveau du repérage des jeunes vulnérables. Ils verront aussi à transmettre toute information permettant d'assurer le suivi (déroulement d'une discussion, liste de présence, inquiétudes concernant un étudiant, etc.).

Grille d'évaluation de l'urgence suicidaire COQ (Comment-Où-Quand)

Grille d'évaluation de l'urgence suicidaire		
L'idée est de plus en plus présente		
Faible	1 Vulnérabilité La personne ne pense pas au suicide	3 La personne pense au suicide de plus en plus souvent
	2 La personne a parfois des flashs suicidaires	
	Le plan est de plus en plus précis	
Moyenne	4 Le COQ prend de + en + forme certains éléments du plan ne sont pas fixés	
	5 Le COQ dans plus de 48 heures Tous les éléments du plan sont fixés et le Quand est dans plus de 48 heures	
Élevée	Le temps est de plus en plus court	
	6 Le COQ dans moins de 48 heures	8 Tentative en cours
	7 Le COQ immédiatement	

Les ressources du Collège en postvention

Paul Payette, intervenant psychosocial au local B-040, poste 8430

Pierre Dresdell, conseiller en service adapté au local B-053-A, poste 8054

Annie Cusson, conseillère en service adapté au local B-053-B, poste 7259

Urgence

911

Sécurité du cégep, téléphonie interne 5555
Cellulaire 514-747-6521 poste 555

Ressources à l'externe, disponible 24/24

Centre d'intervention de crise Iris : 514-388-9233

Partout au Québec: 1-866-APPELLE

Suicide Action Montréal : 514-723-4000

Ressource pour le personnel

Groupe Santé Physimed : 1-800-667-2683.

<http://www.cegepsl.qc.ca/ressources-humaines/wp-content/blogs.dir/38/files/2010/04/aide-aux-employés-Physimed.pdf>

Synthèse des principales réactions de deuil à la suite d'un suicide

Les réactions et leur intensité varient d'une personne à l'autre compte tenu de certains facteurs tels que :

- La relation avec la personne décédée;
- Les conflits avec le suicidé ou son entourage;
- L'âge et la personnalité de la personne endeuillée;
- Les expériences précédentes avec la mort;
- Les circonstances entourant le décès;
- Les mécanismes d'adaptation de la personne;
- La capacité ou l'incapacité d'exprimer ses émotions;
- Le soutien du réseau social ou l'isolement;
- Une nouvelle perte affective.

MANIFESTATIONS D'UN DEUIL PAR SUICIDE

Émotionnelles	Physiques	Psychologiques	Comportementales
<ul style="list-style-type: none">- Angoisse- Culpabilité- Peur- Colère- Perte de contrôle- Honte- Tristesse- Désespoir- Incompréhension- Impuissance- Solitude- Etc.	<ul style="list-style-type: none">- Manque d'énergie- Palpitations- Problèmes digestifs- Respiration difficile- Tensions musculaires- Soupirs- Trouble du sommeil- Trouble de l'appétit- Etc.	<ul style="list-style-type: none">- Cauchemars- Humeur changeante- Idées suicidaires- Perte de mémoire- Etc.	<ul style="list-style-type: none">- Violence- Difficulté à rester en place- Retrait- Incapacité à demeurer seul- Recherche excessive d'une explication ou d'un coupable- Etc.

SYNTHÈSE DES BESOINS

Les personnes touchées ont besoin :

- De briser l'isolement;
- D'être accueillies dans ce qu'elles vivent;
- De parler librement du suicide sans se sentir jugées;
- De recevoir espoir et soutien;
- D'être rassurées quant à leurs réactions et à leurs sentiments;
- D'apprivoiser leur souffrance;
- De comprendre ce qui s'est passé;
- De rencontrer des gens qui ont vécu la même expérience;
- D'exprimer leur douleur et de savoir que celle-ci va s'atténuer avec le temps;
- De trouver des moyens pour faciliter leur cheminement de deuil.

ANNEXE 11 : Comment annoncer la nouvelle du suicide

Les interventions se feront par une personne ressource, désignée par le comité élargi, qui travaillera en collaboration avec l'enseignant

Mise en garde

Il ne faut jamais annoncer la nouvelle du suicide par un moyen qui a comme objectif de rejoindre tout le monde en même temps, par exemple, dans une grande salle ou par l'utilisation du microphone. Une annonce faite de cette manière pourrait engendrer une augmentation du stress chez les jeunes et le personnel. Il est préférable de procéder en petits groupes, ce qui donne, entre autres, une meilleure possibilité de repérer les personnes affectées ou à risque.

Voici un exemple de la façon de procéder pour annoncer la nouvelle du suicide

Il se produit quelquefois des événements tragiques qui sont difficiles à comprendre et à annoncer. Ce matin, nous avons appris la triste nouvelle du décès d'un des étudiants de l'école. Il s'agit de (prénom et nom du jeune), (son niveau). (prénom) s'est donné la mort (moment et lieu du décès) par (moyen utilisé).

Nous ne savons pas pourquoi c'est arrivé, mais nous savons que cet événement peut être bouleversant pour nous tous. Diverses émotions peuvent être ressenties, par exemple, le chagrin, l'incompréhension, la peur, l'inquiétude, la colère, etc. Toutes ces émotions sont normales et sachez que des personnes sont disponibles pour vous soutenir dans ce moment difficile. Si vous vous sentez concerné, vous pouvez aller rencontrer (la personne concernée et à l'endroit approprié) sur le temps des pauses ou du dîner.

Je vous suggère d'en parler avec vos amis, parents, aidants de votre milieu... quelqu'un en qui vous avez confiance.

Informez des ressources disponibles

Les ressources du Cégep en postvention

Paul Payette, intervenant psychosocial au local B-040, poste 8430

Pierre Dresdell, conseiller en service adapté au local B-053-A, poste 8054

Annie Cusson, conseillère en service adapté au local B-053-B, poste 7259

Ressources à l'externe, disponible 24/24

Centre d'intervention de crise Iris: 514-388-9233

Partout au Québec: 1-866-APPELLE

Suicide Action Montréal : 514-723-4000

ANNEXE 12: Discussion entourant le suicide en classe

Les interventions se feront par une personne ressource, désignée par le comité élargi, qui travaillera en collaboration avec l'enseignant

Comment aborder le décès par suicide d'un étudiant en classe ?

Voici quelques pistes :

a. Validation du décès par suicide

b. Ouverture à l'échange :

« Chacun peut rechercher ou penser avoir trouvé les raisons du geste de (nom de l'étudiant). Il est impossible de trouver cette raison; lui seul a la réponse comme chacun de nous avons des secrets personnels. »

« Voulez-vous qu'on en parle ? Avez-vous le goût de parler de cette nouvelle et des réactions que cela produit en vous ? On peut prendre quelques minutes avant de commencer le cours habituel et cela aidera assurément à absorber un peu le choc. »

Quelques questions pouvant engager l'échange :

- Étiez-vous plusieurs de la classe à connaître cette personne ?
- Que partagiez-vous avec elle ?
- Quelle a été votre réaction à l'annonce du décès si vous le saviez déjà ?
- Quelles ont été les réactions des autres personnes autour de vous ? Quelles questions surgissent ou sont survenues en vous ?

Attitudes à privilégier durant l'échange :

- Laisser libre cours au partage de l'information et des réactions;
- Normaliser les réactions exprimées : choc, culpabilité, colère, peine et incompréhension;
- Proposer un autre sens aux messages laissant croire à un geste héroïque ou de lâcheté, ou à une solution appropriée à des problèmes :
 - Le suicide est un geste de profond désespoir et de grande souffrance;
 - Une personne ne se suicide pas par choix, mais par manque de choix : lorsque sa vie lui est insupportable, qu'elle a atteint sa limite de tolérance face à sa souffrance et qu'elle ne voit plus d'autres façons d'arrêter de souffrir;
 - Le suicide est une solution permanente à des problèmes temporaires.

c. Soutien aux étudiants

- i. Inviter les étudiants à ne pas garder le secret face au suicide ou à s'isoler;
- ii. Répéter la disponibilité des intervenantes du Cégep et les mettre à l'aise de les consulter;
- iii. Accueillir et cibler les besoins particuliers : possibilité d'organiser une rencontre;
- iv. individuelle ou de groupe avec un intervenant;
- v. Voir à ne pas laisser partir une personne en état de crise et, au besoin, référer une telle personne immédiatement à une intervenante du Cégep en l'accompagnant ou en demandant à un autre étudiant de l'accompagner.

d. Suivi auprès d'une intervenante du collège

- i. Après la période d'échange, poursuivre le cours;
- ii. Après le cours, contacter une intervenante du comité restreint de postvention du collège pour assurer le suivi (déroulement de la discussion, liste des présences au cours, inquiétudes concernant un étudiant, etc.);
- iii. Demeurer attentif aux absences, aux comportements inhabituels et aux signes de détresse pour les semaines à venir.

Les ressources du Collège en postvention

Paul Payette, intervenant psychosocial, local B-040, poste 8430
Pierre Dresdell, conseiller en service adapté, local B-053-A, poste 8054
Annie Cusson, conseillère en service adapté, local B-053-B, poste 7259

Ressources à l'externe, disponible 24/24
Centre d'intervention de crise Iris: 514-388-9233
Partout au Québec: 1-866-APPELLE
Suicide Action Montréal : 514-723-4000