

Phrases clés pour introduire les interventions

Repérer et dépister la personne à risque de suicide

14 ans +

Ces propositions de phrases s'adressent aux personnes qui effectuent le repérage et le dépistage d'une personne à risque de suicide. Elles visent à augmenter leur confort et celui des usagers en favorisant la compréhension des interventions proposées.

Ces suggestions de phrases sont inspirées de grilles de dépistage existantes et de matériel produit par l'Association québécoise de prévention du suicide. Elles ont été validées par des comités en prévention suicide du CISSS des Laurentides.

1. Introduire le dépistage

- Dans notre programme ou notre service (le nommer), la prévention du suicide (ou la sécurité des usagers) est importante. Je vais donc vous poser quelques questions sur le suicide. Nous posons ces questions à tous nos usagers, peu importe la situation.
- Plusieurs problèmes médicaux peuvent causer de la détresse et amènent parfois des personnes à avoir des pensées suicidaires. C'est pourquoi nous posons quelques questions à toutes les personnes qui reçoivent nos services.
- Avec les signes que j'observe, de par mon travail, je dois vous poser quelques questions pour votre sécurité.
- Je vous écoute et je m'inquiète, est-ce que vous pensez au suicide ? Poursuivre avec les autres questions.
- Il y a des personnes dans votre situation à qui il arrive de penser au suicide, est-ce que vous pensez au suicide ? Poursuivre avec les autres questions.
- Vous vivez beaucoup de choses, vous semblez triste aujourd'hui (ou autres signes observés). Pour votre sécurité, je vais vous poser des questions sur le suicide.

2. Introduire l'estimation de la dangerosité d'un passage à l'acte suicidaire et diriger vers un intervenant formé pour l'effectuer

Mentionner d'abord pourquoi vous recommandez une estimation de la dangerosité

- C'est important que vous parliez de vos idées suicidaires.
- Vous avez fait une tentative de suicide dans la dernière année et vous pourriez être encore fragile.
- Je me préoccupe de votre bien-être, vous n'êtes pas seul. Je peux vous aider à trouver de l'aide.
- Même si vous n'êtes pas en crise actuellement, vous pouvez avoir besoin de discuter de vos idées suicidaires.

Proposer ensuite une référence pour l'estimation de la dangerosité d'un passage à l'acte suicidaire

- Je vais vous recommander une personne à qui vous pourrez parler de vos idées suicidaires. Avec elle, vous pourrez parler de votre détresse et trouver des moyens pour vous protéger.
- Je vais vous diriger vers une personne qui va regarder avec vous le risque suicidaire afin de vous offrir des interventions adaptées à vos besoins.
- Je vais vous diriger vers un intervenant spécialisé en prévention du suicide. Il parlera avec vous de façon confidentielle et sans jugement.
- Je sais que ça peut être difficile de parler à une nouvelle personne. Mais cette personne a l'habitude de parler du suicide, elle vous mettra à l'aise. Avec elle, vous pourrez parler en toute confiance et mettre en place des stratégies pour faire face à vos difficultés.

Dans la mesure du possible, indiquer quand, comment et par qui l'utilisateur sera contacté.
Par exemple : un intervenant de l'équipe jeunesse vous contactera dans les prochains jours.

3. En cas de refus

Les émotions, les pensées et la détresse psychologique que ressentent les personnes à risque de suicide peuvent limiter leur capacité à demander de l'aide (ex. : honte, peur de se faire retirer ce qu'elles ont, désespoir). Dans ce contexte, ces personnes pourraient refuser les interventions proposées ou ne pas collaborer à celles-ci. Dans ces situations, vous pouvez :

Explorer les raisons du refus

- Qu'est-ce qui vous amène à refuser de répondre aux questions sur le suicide ?
- Qu'est-ce qui vous amène à refuser l'intervention proposée ?
- Qu'est-ce qui pourrait rendre cela plus facile pour vous ?

Fournir des informations supplémentaires sur les interventions

- Quelles informations aimeriez-vous avoir afin de pouvoir décider si parler ou non du suicide est une bonne chose pour vous ?
- Je vous propose qu'un intervenant spécialisé en prévention du suicide vous explique l'intervention proposée pour que vous puissiez décider en ayant toutes les informations en main.

Informations supplémentaires

- Nature de l'intervention. Par exemple : un échange téléphonique avec un intervenant qui estimera avec vous le danger de passer à l'acte suicidaire.
- Effets de l'intervention. Par exemple : recevoir une aide ou des services adaptés à vos besoins.
- Risques possibles de l'intervention. Par exemple : inconfort de parler d'un sujet difficile ou dans de rares occasions, s'il y a un danger grave et immédiat, des interventions pourraient être faites sans votre consentement.
- Conséquences possibles d'un refus. Par exemple : rester seul avec sa détresse ou ses idées suicidaires pourrait augmenter le risque de faire une tentative de suicide.
- Solutions alternatives. Par exemple : consulter le Centre de prévention suicide Faubourg, demander l'aide d'un centre de crise).

Si suivant les informations, l'usager refuse toujours les interventions (à moins d'indication d'un danger grave et immédiat)

- Je respecte votre décision, si vous changez d'avis et que vous voulez parler du suicide avec un intervenant, voici les ressources à contacter.

4. Introduire la mise en place de mesures de sécurité

- En attendant qu'un intervenant spécialisé vous contacte pour poursuivre l'intervention (ex. : estimer la dangerosité, mettre en place des stratégies pour faire face à vos difficultés), je veux m'assurer que vous serez en sécurité. J'aimerais que l'on convienne des mesures à mettre en place pour assurer votre sécurité :
 - Sur quelles personnes pouvez-vous compter (ex. : proches, intervenants) ? Quelle personne pourrait vous accompagner si vous avez besoin d'aide en attendant votre échange avec l'intervenant spécialisé en prévention du suicide ?
 - Si cela est possible, appelez une personne proche afin de ne pas demeurer seule.
 - Comment pouvez-vous limiter l'accès aux moyens de faire une tentative de suicide (ex. : médicaments, armes à feu) ?
 - Si vous avez besoin de parler à quelqu'un rapidement, voici les ressources à contacter.

5. En cas de danger grave et immédiat

- Les informations que vous me donnez (donner un exemple) m'indiquent que vous représentez un danger pour vous-même. Je dois signaler votre situation à des personnes qui pourront vous venir en aide (préciser).
- Je m'inquiète pour votre sécurité et je dois signaler votre situation à des personnes qui pourront vous venir en aide (préciser).