

Aide-mémoire pour les intervenants jeunesse

Bonnes pratiques en prévention du suicide chez les jeunes¹

Gestes suicidaires médiatisés et œuvres qui traitent de suicide

Chaque année, des gestes suicidaires sont médiatisés et des œuvres qui traitent de suicide sont diffusées (ex. : livres, films, téléseries). Cette médiatisation et ces œuvres peuvent affecter les jeunes qui présentent des vulnérabilités. Certains pourraient voir augmenter leur vulnérabilité et leur détresse, alors que d'autres pourraient adopter des comportements suicidaires par imitation. Même dans le cas d'une fiction, les risques d'identification sont réels.

Cet aide-mémoire s'adresse aux intervenants œuvrant auprès des jeunes. Il présente des pistes d'intervention pour accompagner les jeunes et leurs parents afin de minimiser les impacts de la médiatisation de gestes suicidaires et de la diffusion d'œuvres qui traitent de suicide. Il rappelle les bonnes pratiques en prévention du suicide chez les jeunes et propose des ressources.

Pistes d'intervention auprès des jeunes

- Se rendre disponible et porter une attention particulière au bien-être des jeunes.**
- Porter attention aux changements de comportement et repérer les signes de détresse** (ex. : échecs scolaires répétés, isolement, absentéisme, problèmes d'attention, pleurs fréquents, crises de colère, perte d'intérêt, anxiété, automutilation, violence, idées suicidaires). Au besoin, diriger rapidement le jeune vers les services appropriés.
- En cas d'inquiétude en lien avec le risque suicidaire**, interpellé sans attendre une ressource d'aide en prévention du suicide². En cas de **danger immédiat** (ex. : tentative de suicide en cours), **contacter le 911**.
- Promouvoir les ressources d'aide² en prévention du suicide.**
- Dans la mesure du possible, éviter d'exposer les jeunes aux œuvres (ex. : livres, films, téléseries) traitant du suicide et de les promouvoir.**
- Éviter les interventions de groupe portant spécifiquement sur le thème du suicide.** Par exemple : éviter de proposer des événements, discussions de groupe ou travaux scolaires sur le thème du suicide, sur un geste suicidaire médiatisé, un défi sur les médias sociaux ou une œuvre (ex. : livre, film, téléserie) traitant du suicide.
- Privilégier les interventions qui contribuent à promouvoir une santé mentale positive ainsi qu'à prévenir la détresse psychologique et le suicide.** Par exemple :
 - Favoriser le développement de compétences personnelles et sociales, particulièrement l'expression des émotions, la gestion du stress, la demande d'aide, la gestion de conflits et la résolution de problèmes.
 - Contribuer à la création d'environnements favorables à la santé et au bien-être des jeunes.
 - Éviter la stigmatisation des problèmes ou des troubles mentaux par des gestes, des attitudes ou des paroles.
- Répondre aux questions des jeunes sur les tentatives ou les décès par suicide, s'il y a lieu. Ce faisant :**

À PRIVILÉGIER

- Vérifier auprès de ceux et celles qui veulent parler du suicide si cet intérêt est en fait une demande d'aide.
- Expliquer qu'une personne qui se suicide vit une grande détresse et que de l'aide existe pour aller mieux.
- Recadrer les perceptions en s'assurant que le suicide n'est pas perçu comme un geste romantique, héroïque ou inévitable pour mettre fin à ses souffrances.
- Aider les jeunes à développer une attitude favorable face à la demande d'aide.
- Fournir de l'information sur l'aide disponible.

À ÉVITER

- Accroître leurs connaissances sur les méthodes pour s'enlever la vie et sur leur niveau de létalité.
- Partager des opinions sur la question du suicide.
- Véhiculer des mythes sur le suicide.

1. Contenu adapté d'une communication du ministère de la Santé et des Services sociaux. Document inédit. Décembre 2022.

2. Voir la section « Ressource d'aide pour les personnes à risque de suicide et leurs proches ».

9. **S'informer sur la prévention du suicide en visitant les sites Internet :**

- [Comment parler du suicide?](#)
- [Suicide.ca](#)
- [Centre prévention suicide Faubourg](#)
- [Association québécoise de prévention du suicide](#)

10. **Au besoin, suivre une formation sur la prévention du suicide.** Pour connaître les formations offertes, consulter le site du [Centre prévention suicide Faubourg](#).

Pistes pour accompagner les parents

Suggérer aux parents :

- **D'ouvrir le dialogue** avec leur enfant.
- **S'intéresser à ce que son enfant écoute, regarde et lit.**
- **Écouter sans juger.**
- **Porter attention aux changements de comportements et repérer les signes de détresse** (ex. : échecs scolaires répétés, isolement, absentéisme, problèmes d'attention, pleurs fréquents, crises de colère, perte d'intérêt, anxiété, automutilation, violence, idées suicidaires). **Au besoin, demander de l'aide à un intervenant ou une ressource jeunesse.**
- **En cas d'inquiétude en lien avec le risque suicidaire**, interpellé sans attendre une ressource d'aide en prévention du suicide². Ces ressources peuvent également offrir du soutien et proposer des pistes pour intervenir auprès d'un enfant. En cas de **danger immédiat** (ex. : tentative de suicide en cours), **contacter le 911**.

Ressources d'aide pour les personnes à risque de suicide et leurs proches

24 h/24, 7 jours/7, gratuit et confidentiel



- Centre prévention suicide Faubourg
Ligne de prévention du suicide 24/24 | 1 866 APPELLE (277-3553)
- Info-Social 811, option 2
- Intervention par texto 535353
- Jeunesse, J'écoute 1 800 668-6868



[Suicide.ca](#) : clavardage, texto (535353), ressources et outils.

Ressources pour les intervenants jeunesse

- **Soutien à l'intervention par le Centre prévention suicide Faubourg**
Ligne partenaire : 450 569-0101
- **Référence d'un jeune au Guichet d'accès jeunesse du CISSS des Laurentides**
Téléphone : 1 866 770-2366
Télécopieur : 450 431-2965
Courriel : referencejeunesse-ditsadp.ciSSLau@ssss.gouv.qc.ca.
Remplir et acheminer le formulaire de référence :
[https://www.santelaurentides.gouv.qc.ca/fileadmin/internet/ciSSL_laurentides/Espace_partenaires/FP-CISSL-6069_Reference_services_proximite_2017-05-19 .pdf](https://www.santelaurentides.gouv.qc.ca/fileadmin/internet/ciSSL_laurentides/Espace_partenaires/FP-CISSL-6069_Reference_services_proximite_2017-05-19.pdf)