

*Comment mettre en place des interventions
de postvention en milieu scolaire*

Monique Séguin Ph.D.

Université du Québec en Outaouais

Groupe McGill de recherche sur le suicide


Françoise Roy

Association Québécoise de Prévention du Suicide



Historique

- Les programmes de postvention en milieu scolaire existe depuis la fin des années 80
- La plupart de programmes existants sont des protocoles d'étapes à suivre (*step by step*)
- Les programmes sont souvent destinés à des situations tout azimut



Constats de la Revue de programmes effectuée auprès de 93 établissements*

1. Un manque de consensus dans les concepts et les termes utilisés
2. Un choix d'activités peu reliés aux objectifs poursuivis par la postvention : diminuer les impacts du suicide dans un milieu et aider les personnes touchées
3. Une intervention rapide et intensive,
 - 72 % des programmes s'étalent sur une semaine et 12 % prévoit des activités au-delà d'un mois.

*(Bouchard, Benoît, Séguin et Boyer, 2003)



Changement de logique

- Ces critiques ciblaient particulièrement la structure et la logique des activités de postvention en milieu scolaire plutôt que leurs pertinence.
- Tous les auteurs s'entendent pour dire que les activités de postvention doivent être maintenus, cependant, avec une logique différente.



Variabilité des réactions

- Lorsqu'il y a un décès par suicide d'un jeune en milieu scolaire, nous parlons d'un événement tragique, ayant des effets différents sur la population scolaire selon le degré de proximité et ou de connaissance avec la personne décédée.
- Pour cette raison des réactions différentes et variées peuvent être observée dans la communauté scolaire. Il est possible de regrouper les réactions suite à un décès par suicide en trois grandes catégories.



Types de réactions

- Des réactions associées au stress.
- Des réactions associées à la crise.
- Des réactions associés au deuil.



Des réactions associées au stress

- Des réactions de stress temporaires
- Lors d'une exposition directe, un état de stress aigu peut se développer tôt après l'incident et durer jusqu'à quatre semaines.
- S'ils perdurent au-delà d'un mois, il sera alors question d'un trouble de stress post-traumatique (TSPT).



Des réactions associées à la crise

- Certains adolescents déjà vulnérables pourront vivre une crise de désespoir intense et de désorganisation menant parfois à imiter le geste suicidaire d'un autre élève.



Des réactions associés au deuil

- Chez les jeunes qui connaissaient bien la victime et qui partageaient avec elle un lien d'attachement, des réactions de deuil pourront se manifester dès l'annonce du décès ou dans les heures et les jours qui suivent et se poursuivre sur plusieurs mois.

**Les réactions observées
en milieu scolaire à la suite d'un suicide**

<p>Réactions de stress</p> <p>Réduire les effets de stress temporaire et de stress aigu et prévenir l'apparition d'un trouble de stress post-traumatique.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Perturbation du fonctionnement physiologique, comportemental, cognitif et émotionnel. • Réaction temporaire qui se manifeste durant quelques heures ou quelques jours suivant l'événement. • Pas d'exposition directe à l'événement. 	<p>ÉTAT DE STRESS TEMPORAIRE</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Perturbation du fonctionnement physiologique, comportemental, cognitif et émotionnel. • Exposition directe (ou indirecte dans certaines circonstances)². • Stratégies pour réduire le stress 	<p>ÉTAT DE STRESS AIGU</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Perturbation du fonctionnement physiologique, comportemental, cognitif et émotionnel. • Exposition directe (ou indirecte dans certaines circonstances)³. • Réactions qui perdurent plus de 4 semaines après l'événement. <p>Mécanismes pour éviter les souvenirs associés à l'événement.</p>	<p>TROUBLE DE STRESS POST- TRAUMATIQUE (TSPT)</p>

**Les réactions observées
en milieu scolaire à la suite d'un suicide**

<p>Réactions de crise</p> <p>Objectif : Diminuer l'impact de la crise et de la crise suicidaire.</p>	<ul style="list-style-type: none"> * Difficulté ou incapacité à évacuer, par des moyens habituellement employés, une tension devenue trop intense. * Évaluation par la négative de sa situation personnelle, présence de sentiment d'impuissance * Confusion, déséquilibre et désorganisation du fonctionnement physiologique, comportemental, cognitif et émotionnel. 	<p>ÉTAT DE CRISE</p>
	<ul style="list-style-type: none"> * Manifestations de l'état de crise * Idéations, comportements ou/et messages suicidaires directs et indirects (<i>verbaux, comportementaux et, psychologiques, etc.</i>). 	<p>ÉTAT DE CRISE SUICIDAIRE</p>

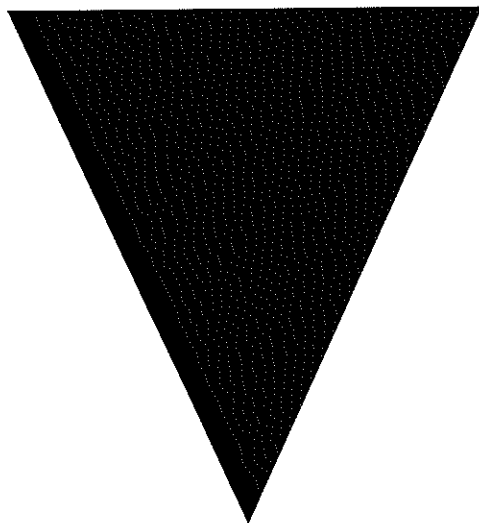
**Les réactions observées
en milieu scolaire à la suite d'un suicide**

<p>Réactions de deuil</p> <p>Objectif : Favoriser la progression du travail de deuil et prévenir le développement d'un deuil compliqué.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Incompréhension, déni, peine, engourdissement, recherche de sens associées à la perte. • Réactions associées à l'annonce de l'événement dans les heures et les jours qui suivent. • Chez les proches ayant développé un lien d'attachement à la personne décédée. 	<p>RÉPONSES INITIALES FACE À LA PERTE : LE CHOC</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Douleurs, désespoir, état dépressif, redéfinition de soi et de la vie sans la présence de l'être aimé. • Réactions ressenties par les proches ayant développé un lien d'attachement à la personne décédée. • Difficulté à assumer le deuil. • Complication du processus de deuil 	<p>Soutien lors des ÉTAPES DU DEUIL</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Sévérité marqué des symptômes • Dégradation des relations sociales • Incapacité d'investir dans d'autres relations • Fonctionnement discontinu dans la vie courante • Développement de dépression majeure • Allongement excessif du travail deuil 	<p>DEUIL COMPLIQUÉ</p>

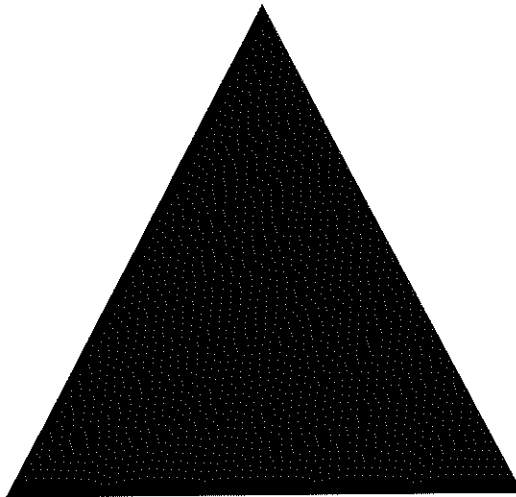
Programme de postvention en milieu scolaire: stratégies d'intervention à la suite d'un suicide

Nouvelle logique

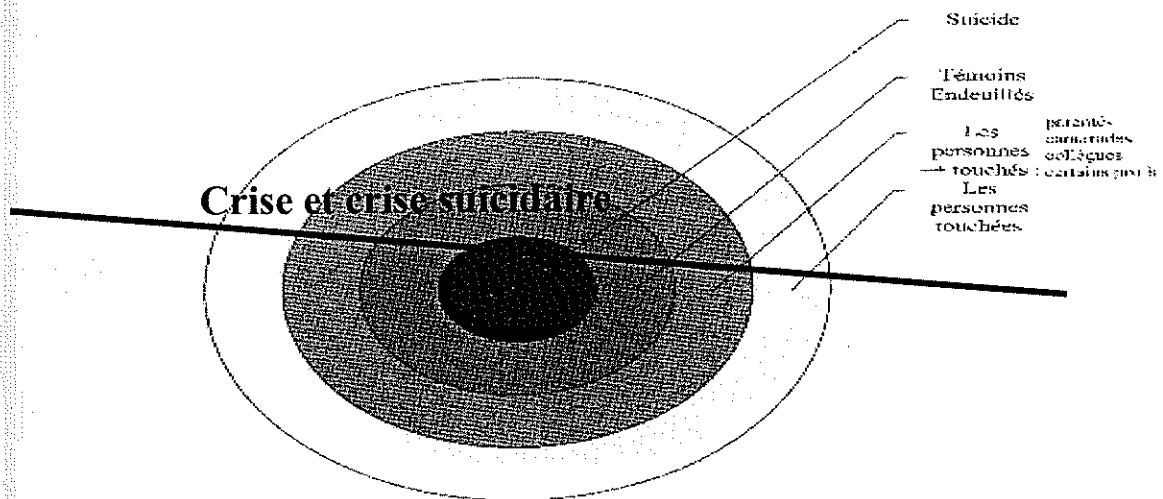
AVANT



MAINTENANT



Adapter les interventions de groupe et individuelles au niveau de proximité avec la victime.



Niveaux	Réactions	Interventions
1	- Stress aiguë - Choc (Réactions de déni)	- Débriefing - Intervention précoce de deuil
1 et 2	- Stress temporaire	- Annonce de la nouvelle - Recadrage de l'information - Ventilation
1 et 2 et 3	- Crise - Crise suicidaire	- Intervention de crise - Intervention de crise suicidaire



Logique du programme

- Ce programme est conçu comme un ensemble intégré d'activités et de services, réalisé simultanément ou successivement à la suite d'un décès par suicide et qui a pour but d'offrir aux personnes associées à cet événement les bonnes interventions au bon moment.



Objectifs du programme

Objectif général

- Atténuer les impacts associés au suicide chez les élèves d'un milieu scolaire secondaire

Objectifs spécifiques

- Réduire les effets de stress temporaire et de stress aigu et prévenir l'apparition d'un trouble de post-traumatique
- Diminuer l'impact de la crise et de la crise suicidaire
- Favoriser la progression du travail de deuil et prévenir le développement d'un deuil compliqué

Objectif transversal: Prévenir la contagion

Étapes de gestion clinique lors d'un suicide

Analyse de la situation

Choix des interventions

Réalisation des interventions

Bilan et appréciation
des interventions réalisées





Analyse de la situation

- Le choix des interventions ne peut être adéquat sans une évaluation exhaustive de l'impact du suicide, des particularités du milieu, des caractéristiques des individus qui s'y trouvent.

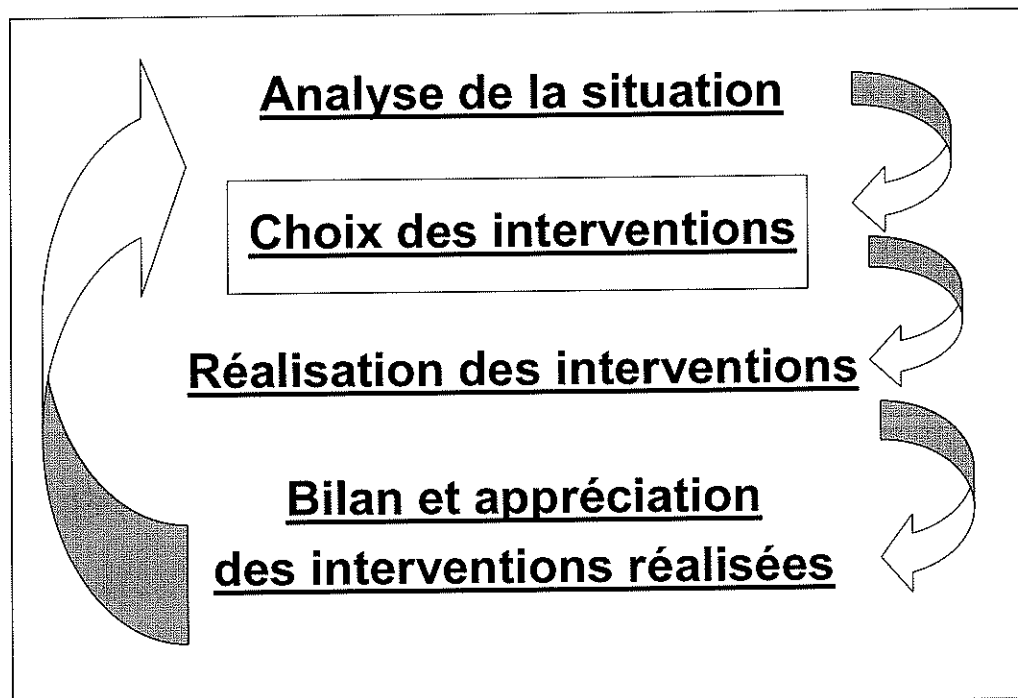


Analyse de la situation (suite)

Les informations à recueillir
se réfèrent aux :

- Caractéristiques du jeune suicidé
- Circonstances entourant le suicide
- Caractéristiques de l'entourage de ce jeune suicidé
- Caractéristiques du milieu scolaire
- Contexte organisationnel dans lequel aura lieu la postvention

Étapes de gestion clinique



**Les interventions à réaliser selon les réactions observées
en milieu scolaire à la suite d'un suicide**

Réactions de stress			
Réduire les effets de stress temporaire et de stress aigu et prévenir l'apparition d'un trouble de stress post-traumatique.	<ul style="list-style-type: none"> • Perturbation du fonctionnement physiologique, comportemental, cognitif et émotionnel. • Réaction temporaire qui se manifeste durant quelques heures ou quelques jours suivant l'événement. • Pas d'exposition directe à l'événement. 	<p align="center">ÉTAT DE STRESS TEMPORAIRE</p>	<p>Obj: • Favoriser la libre expression des émotions et des sentiments</p> <p><i>Moyens :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Annonce de la nouvelle • Recadrage de l'information • Ventilation <p><i>Quand :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Dans les 24 heures suivant l'annonce de l'événement.
	<ul style="list-style-type: none"> • Perturbation du fonctionnement physiologique, comportemental, cognitif et émotionnel. • Exposition directe (ou indirecte dans certaines circonstances)². • Stratégies pour réduire le stress 	<p align="center">ÉTAT DE STRESS AIGU</p>	<p>Obj: • Favoriser l'expression des émotions et des réactions; une compréhension de la situation et des stratégies d'adaptation (coping) auprès des personnes qui ont été exposées directement à l'événement.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Éviter le développement du TSPT <p><i>Moyens :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Débriefing (si exposition directe) <p><i>Quand :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Dans les 24 à 72 heures
	<ul style="list-style-type: none"> • Perturbation du fonctionnement physiologique, comportemental, cognitif et émotionnel. • Exposition directe (ou indirecte dans certaines circonstances)³. • Réactions qui perdurent plus de 4 semaines après l'événement. <p>Mécanismes pour éviter les souvenirs associés à l'événement.</p>	<p align="center">TROUBLE DE STRESS POST-TRAUMATIQUE (TSPT)</p>	<p>Obj:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rétablir l'état d'équilibre <p><i>Moyens :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Préconiser une intervention reliée au trouble de stress post-traumatique <p><i>Quand :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Dès la 5^{ème} semaine suivant l'événement et tout au long de l'année.

**Les interventions à réaliser selon les réactions observées
en milieu scolaire à la suite d'un suicide**

<p>Réactions de crise</p> <p>Objectif : Diminuer l'impact de la crise et de la crise suicidaire</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Difficulté ou incapacité à évacuer, par des moyens habituellement employés, une tension devenue trop intense. • Évaluation par la négative de sa situation personnelle, présence de sentiment d'impuissance • Confusion, déséquilibre et désorganisation du fonctionnement physiologique, comportemental, cognitif et émotionnel. 	<p>ÉTAT DE CRISE</p>	<p>Obj: • Désamorcer la crise et rétablir l'état d'équilibre antérieur à la crise</p> <p>Moyens :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Repérer les jeunes (1er niveau) • Centrer les interventions sur les facteurs déclencheurs de la crise et sur la résolution de problème (2ième niveau) <p>Quand :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lorsqu'il y a manifestation de crise
	<ul style="list-style-type: none"> • Manifestations de l'état de crise • Idéations, comportements ou/et messages suicidaires directs et indirects (<i>verbaux, comportementaux et, psychologiques, etc.</i>). 	<p>ÉTAT DE CRISE SUICIDAIRE</p>	<p>Obj:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Désamorcer la crise • Diminuer le risque de passage à l'acte <p>Moyens :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Évaluer le risque et l'urgence suicidaire ainsi que la dangerosité • Assurer la sécurité de la personne en crise suicidaire • Centrer les interventions sur les facteurs déclencheurs de la crise et sur la résolution de problème <p>Quand :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Au moment de la crise suicidaire

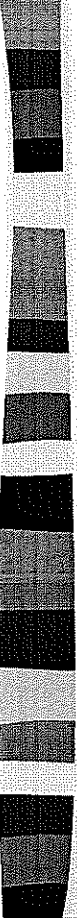
**Les interventions à réaliser selon les réactions observées
en milieu scolaire à la suite d'un suicide**

Réactions de deuil		
<p>Objectif : Favoriser la progression du travail de deuil et prévenir le développement d'un deuil compliqué.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Incompréhension, déni, peine, engourdissement, recherche de sens associées à la perte. • Réactions associées à l'annonce de l'événement dans les heures et les jours qui suivent. • Chez les proches ayant développé un lien d'attachement à la personne décédée. 	<p>RÉPONSES INITIALES FACE À LA PERTE : LE CHOC</p> <p>Obj: • Amorcer un processus de deuil adéquat Moyen: • Intervention précoce de deuil Quand: • Dans les heures et les deux premières semaines suivant l'événement</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Douleurs, désespoir, état dépressif, redéfinition de soi et de la vie sans la présence de l'être aimé. • Réactions ressenties par les proches ayant développé un lien d'attachement à la personne décédée. • Difficulté à assumer le deuil. • Complication du processus de deuil 	<p>Soutien lors des ÉTAPES DU DEUIL</p> <p>Obj: • Favoriser un travail de deuil sain et adéquat auprès des proches qui en ressentent le besoin Moyens: • Repérer les jeunes qui vivent un deuil compliqué • Assurer une intervention appropriée • Counseling de deuil -Quand:: • Lorsque le besoin se fait ressentir, tout au long de l'année</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Sévérité marquée des symptômes • Dégradation des relations sociales • Incapacité d'investir dans d'autres relations • Fonctionnement discontinu dans la vie courante • Développement de dépression majeure • Allongement excessif du travail de deuil 	<p>DEUIL COMPLIQUÉ</p> <p>Obj: • Favoriser la résolution positive du travail de deuil • Éviter le développement de psychopathologie Moyen : • <i>Thérapie de deuil</i> Quand : • <i>Six mois après le décès (particulièrement si présence de symptômes de dépression)</i></p>



Choix des intervention

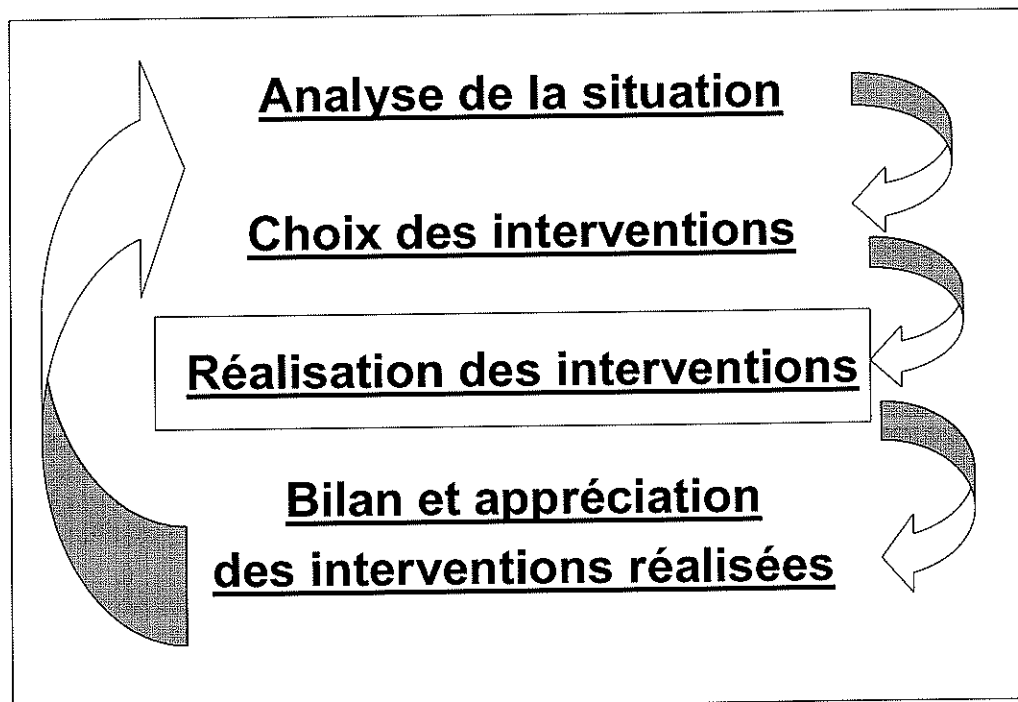
- Trois niveaux d'intervention
- Puisque toutes les personnes d'un même milieu scolaire ne vivent pas nécessairement une même situation d'une façon similaire, il est important de s'assurer que les interventions soient adaptées à chacune de leurs réactions (stress, crise et deuil).
- Le tableau des interventions à réaliser selon les réactions observées en milieu scolaire à la suite d'un suicide.



Les intervenants qui auront à porter ce programme et les niveaux d'intervention

- **1er niveau** : intervenants de l'école, interne ou externe, qui travaillent directement auprès des jeunes (ex. : l'infirmière, les professeurs intéressés par la prévention du suicide, l'animateur de pastorale...)
- **2e niveau** : équipe de soutien multidisciplinaire ayant reçu une formation à l'intervention de crise suicidaire et à la postvention. Équipe formée par des professionnels possédant une certaine expertise sur le sujet : psychologue, psychoéducateur, médecin scolaire, infirmière en santé mentale, travailleur social... Cette équipe pourra être composée de personnes internes et de personnes externes à l'école (intervenants de centres de prévention du suicide (CPS), centres locaux de services communautaires (CLSC), etc.). Cette équipe devra s'associer un membre de la direction de l'école. ***Cette équipe aura à prendre en charge l'implantation et l'application du protocole de postvention.***
- **3e niveau** : professionnels d'un service de santé mentale externe à l'école (ex. : médecin, pédopsychiatre, psychiatre, psychologue, centre jeunesse) qui assureront la consultation et les suivis psychosociaux.

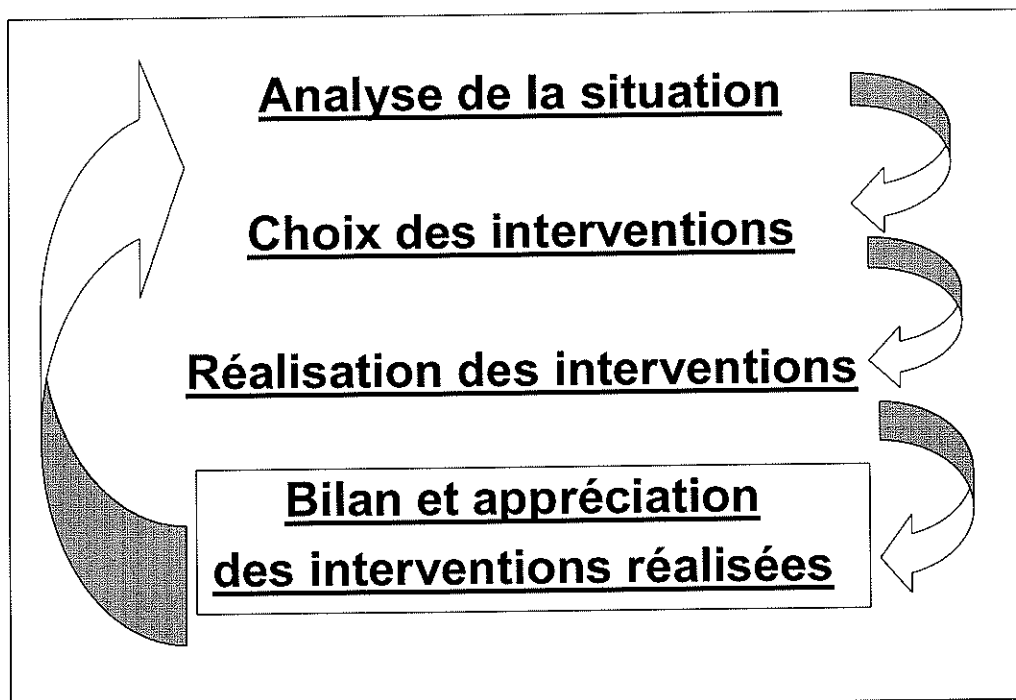
Étapes de gestion des interventions



Exemple de la séquence de réalisation des interventions de postvention

Temps	1 ^{ère} sem	2 ^e sem	3 ^e -4 ^e sem.	5 ^e -6 ^e sem.	7 ^e -8 ^e sem	9 ^e -10 ^e sem.	11 ^e -12 ^e sem.	4 ^e mois	5 ^e mois	6 ^e Mois et plus
Interventions										
Annonce de la nouvelle	■									
Recadrage de l'information										
Ventilation										
Débriefing (Pour les témoins directs seulement)										
Intervention reliée au trouble de stress post-traumatique			■	■	■	■	■	■	■	■
Repérage des jeunes vulnérables	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Intervention de crise ou de crise suicidaire	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Intervention précoce de deuil	■	■								
Counseling de deuil			■	■	■	■	■	■	■	■
Thérapie de deuil								■	■	■

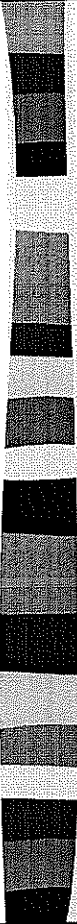
Étapes de gestion des interventions





Bilan et appréciation des interventions réalisées

- Faire régulièrement le point sur les interventions en cours et celles qui se terminent
- Analyse de la situation effectuée de façon récurrente pour mettre en place les nouvelles interventions appropriées
- S'assurer qu'on met en place des interventions au-delà de la période de stress
- Fin de l'année : faire bilan, ajustement, assurer formation continue



L'organisation du milieu: La postvention en milieu scolaire, une démarche qui doit être planifiée

Étape 1:

S'assurer de l'adhésion de la direction

Étape 2:

Évaluer les particularités du milieu

Étape 3:

Créer une équipe de postvention:

- Identifier les ressources humaines nécessaires
- Définir le rôle de chacun (selon les niveaux d'interventions)
- S'approprier le programme et mettre en place un protocole de postvention

Étape 4:

S'assurer de la collaboration des organismes partenaires: (ententes et mécanismes)

Étape 5:

Former les membres de l'équipe de postvention

Étape 6:

Sensibiliser l'ensemble du personnel scolaire

Étape 7:

Planifier le maintien

Prévoir le soutien clinique et organisationnel

Étape 8:

Évaluer le programme



Conclusion

- Les activités de postvention doivent être maintenues, avec une logique différente et une approche différentielle
- Nécessité de choisir les interventions en fonction des besoins des différents sous-groupes
- Le besoin d'arrimage avec d'autres programmes
- Le besoin d'évaluation quant à l'efficacité

Fin

