



UNE PERSONNE DÉTENUE VA MAL. QUE PUIS-JE FAIRE? QUEL COMPORTEMENT ADOPTER?

Aller chercher de l'aide

- Informer le personnel spécialisé

Ne pas laisser la personne seule

Garder le contact

- Contact visuel
- Discussion

QUELLE ATTITUDE ADOPTER?

ATTITUDE COMPATISSANTE

- Parler ouvertement
- Établir un rapport de confiance
- Avoir un comportement authentique
- Parler avec la personne suicidaire du cours des pensées qui sont les siennes
- Donner de l'importance aux valeurs de la personne suicidaire
- Accorder de l'attention à ses pensées et à ses sentiments

ATTITUDE DE CONFRONTATION

- Promettre de garder le contact
- Faire référence à l'âge de la personne
- (Créer des perspectives)
- Impliquer les proches/ami-e-s

Ces deux attitudes sont liées:
plus la compassion de la personne aidante est convaincante,
plus elle est en mesure de confronter l'individu suicidaire à ses pensées, et vice-versa .

Suicidalité aiguë : que puis-je faire?

Si, au sein de ton service, tu te retrouves face à une situation dans laquelle une personne détenue va très mal, utilise les questions énoncées dans le *e-learning* pour éclaircir tes soupçons sur un risque de suicide. Si la personne est évaluée comme présentant un risque aigu de suicide, il est dans un premier temps nécessaire d'en informer immédiatement le personnel spécialisé compétent et d'aller chercher de l'aide. De plus, il est important de ne pas laisser la personne suicidaire seule et de garder le contact avec elle en attendant que cette aide arrive.

Le lien peut être maintenu par un contact visuel, des discussions et des contrôles accrus. À cet égard, il est possible d'adopter à la fois une **attitude compatissante** et une **attitude de confrontation**

Le personnel d'encadrement trouvera des pistes de solution dans les deux attitudes suivantes :

- **L'attitude compatissante**

Par une attitude de compassion, le personnel répond de manière adaptée au sentiment de solitude de l'individu suicidaire. Une attitude compatissante est également à l'opposé d'une attitude de confrontation (qui, elle, consiste à essayer de le persuader que l'acte envisagé est injustifié et inacceptable). Dans de telles situations d'urgence, la confrontation est inévitable ; toutefois, elle ne saurait être le seul message d'aide à envoyer. Dans un premier temps, la personne chargée de l'encadrement doit se mettre du côté de la personne suicidaire et, ainsi, soulager (ne serait-ce qu'un peu) son sentiment de solitude. À cet effet, le ou la professionnel·le doit toujours avoir une attitude compatissante, même lorsqu'il ou elle confirme l'impression de la personne suicidaire selon laquelle la mort semble être le seul moyen de se sortir de la situation. Ce n'est que par une telle validation que l'aidant·e peut espérer préparer la personne suicidaire à écouter d'autres messages par la suite.

Il est important de :

- parler ouvertement pour établir un rapport de confiance (parler également de ses propres sentiments quant à la situation ; si le comportement n'est pas sincère, on risque de « perdre » la personne) ;
- parler avec la personne suicidaire du cours des pensées qui sont les siennes (compréhension) ;
- respecter les sentiments, les valeurs et les pensées de la personne suicidaire et leur donner de l'importance.

- **L'attitude de confrontation**

Après s'être placé·e du point de vue de la personne suicidaire en adoptant une attitude compatissante, l'agent·e chargé·e de l'encadrement est en mesure de désapprouver très clairement le suicide. À cette étape, le moment est venu d'aborder des sujets que la personne suicidaire, bloquée dans une vision restreinte, ne peut pas percevoir à ce moment-là (p. ex., la douleur à laquelle il faut s'attendre de la part des parents, des enfants, des frères et sœurs, du ou de la conjoint·e et des ami·e·s, l'existence d'autres « portes de sortie », la possibilité que la souffrance se calme et que la décision suicidaire se fonde sur une erreur). De même que, par une attitude compatissante, l'aidant·e est allé·e à l'encontre du sentiment de solitude de la personne suicidaire, il ou elle tente à présent, par une attitude de confrontation, de l'amener à dépasser sa vision restreinte.

Actions possibles à ce moment :

- Promettre de garder le contact (évtl., même après la phase aiguë, si possible) ;
 - Faire référence à l'âge de la personne suicidaire (évoquer ses perspectives de vie, de ses possibilités pour l'avenir) ;
 - Parler de la réaction que peuvent avoir les proches et les ami·e·s en cas de suicide (douleur des autres).
- Les attitudes de compassion et de confrontation sont liées : plus la compassion de la personne aidante est convaincante, plus celle-ci est capable de remettre en cause l'individu suicidaire, et vice-versa. Lorsque l'on se place du côté de la personne suicidaire et que l'on exprime de l'empathie et de la compréhension pour ses intentions suicidaires, on peut parvenir à lui faire également entendre des messages contre le suicide.