



☎ 04 65 40 00 10

✉ medaide@urps-ml-paca.org

🌐 medaide.urps-ml-paca.org

PREVENTION DU SUICIDE

D'après le cours d'Emmanuel GRANIER, psychiatre à la Clinique Bellerive à Villeneuve Lez Avignon, au DIU soigner les soignants 2017

LA CRISE SUICIDAIRE

Définition

Période de souffrance psychique intense où le suicide est la seule solution trouvée pour y mettre fin
Durée habituelle 6 à 8 semaines mais risque de récurrence, important même après sa résolution.

Les différentes étapes

Equilibre : capacité d'adaptation aux différents stress

Vulnérabilité : perte des capacités d'ajustement, solutions inefficaces. Facteurs déclenchant internes et /ou externes (séparations, traumatismes, deuils, maladies...)

Crise : souffrance trop intense, devant s'arrêter même au prix de la vie

Particularités

Niveau émotionnel : trop ou plus du tout

Niveau cognitif : rigidité, faible capacité de résolution de problème

Niveau comportemental : repli, inhibition ou agitation, hostilité

Attention en cas d'antécédents psychiatriques = majoration des risques

Caractéristiques

Rupture des liens qui "tiennent" le sujet

Contextes de conflits, séparation, deuils, difficultés financières, administratives ou juridiques

Créer une relation est un des seuls moyens efficaces contre le suicide = 1ère étape indispensable mais pas suffisante

ENTRETIEN PENDANT LA CRISE

Propositions d'attitude pour l'aidant

- Empathie, nommer les émotions, reconnaître la souffrance
- Harmonie acceptation du discours du confrère-patient, respect de son rythme, de ses préoccupations
- Authenticité ne pas avoir peur, comportement assertif,
- Décentrer progressivement du problème pour pouvoir l'aider à explorer ses idées suicidaires
- Poser franchement les questions :
 - Sur son désir de suicide
 - Depuis quand ? Comment
 - Actes récents passés inaperçus ?
 - Projets suicidaires dans un avenir proche, planifiés ? Préparés ? = permet de se projeter dans un futur immédiat différent du suicide
- Aider la personne à sortir de son isolement
- Rechercher ensemble des solutions

Créer une relation est un des seuls moyens efficaces contre le suicide = 1ère étape indispensable mais pas suffisante

EVALUATION

Du Risque

Du Contexte, évaluation des facteurs de risques

De l'Urgence suicidaire : risque dans les 48 heures

Idées suicidaires et leur intensité, pas d'autre alternative autre que le suicide ? le scénario et l'imminence du passage à l'acte : y pense, envisage ou a tout planifié précisément y compris la date

De la Dangerosité de la méthode choisie : si facile et immédiat risque ++

La HONTE émotion (prévalente dans les conduites suicidaires) difficilement partageable

Garder le lien tant qu'une prise en charge spécialisée n'est pas effective