



Éléments à retenir et étapes dans la gestion du **risque dépressif et suicidaire** dans le cadre scolaire

Étapes du repérage précoce

PRÉVENTION PRIMAIRE

Mesures permettant de prévenir l'apparition de dépressions ou de risques suicidaires :

- > Établir un climat de confiance et soutenant dans la classe et dans l'école
- > Encourager les compétences dans la résolution de problème
- > Prévenir les problèmes liés à la consommation d'alcool et de drogue
- > Empêcher le harcèlement
- > Promouvoir les compétences de gestion du stress

AIDE, DOCUMENTATION

- > Dans nos médiathèques de Bienne (bilingue), Berne, Berthoud et Thounes vous pouvez emprunter gratuitement de nombreux ouvrages de prévention primaire sur ce thème.
- > Visitez notre e-médiathèque sous www.santebernoise.ch sous la rubrique «Nos offres»
- > www.profinfo.ch

ÉLÉMENTS À RETENIR EN GÉNÉRAL

- > Observer les élèves sur différents points : relations, langage corporel, émotions, comportement joueur
- > S'alarmer lorsque l'on perçoit des changements significatifs et sur le long terme du comportement d'un-e élève

RISQUE DÉPRESSIF

- > Prêter une attention particulière aux élèves « discrets »
- > Attention : les crises psychiques se cachent souvent derrière des symptômes physiques et des comportements agressifs
- > Chez les élèves plus jeunes : observer également les manières de jouer avec les autres

RISQUE SUICIDAIRE

- > Prendre toujours au sérieux des signaux de risque suicidaire
- > En cas de suspicion de risque suicidaire, immédiatement entreprendre l'étape de prévention suivante, jusqu'à ce que le risque puisse être exclu ou qu'un-e professionnel-le de la santé soit impliqué-e
- > Lors de signaux d'un grave risque suicidaire, c'est-à-dire en présence d'idées ou de projets suicidaires concrets, impliquer immédiatement un-e professionnel-le de la santé ainsi que les parents et ne pas laisser l'élève seul-e

AIDE, DOCUMENTATION

- > Fiche de travail : Relevé de faits
- > Carnet de contact entre l'école et la maison
- > Infos pour enseignant-e-s et personnes à charge d'enseignement
- > Séance de sensibilisation sur ce thème pour les collègues par Santé bernoise
- > En cas de risque suicidaire aigu, activer le dispositif d'urgence interne

- > Discuter suffisamment tôt avec d'autres collègues concernés, évaluer ensemble le niveau de risque
- > Distinguer les observations (comportements visibles), et les interprétations (suppositions sur les raisons d'un comportement)
- > Identifier ses limites et son champ d'action, clarifier les rôles de chacun-e, évaluer le besoin de soutien (interne/externe à l'école)

- > Ne pas établir de diagnostic, qui ne doit être posé que par un-e professionnel-le de la santé (psycho-thérapeute, psychiatre, psychologue)

- > En cas de possibilité d'un risque suicidaire, immédiatement chercher à établir le dialogue avec l'élève ou impliquer un-e professionnel-le de la santé
- > Toujours prendre contact avec un-e professionnel-le de la santé en cas d'incertitude quant au niveau de risque pour l'élève

- > Fiche de travail : Réflexions et regards croisés
- > Aide pour l'évaluation du risque de dépression et de suicide chez les élèves
- > Ateliers de formation de base par Santé bernoise pour les enseignant-e-s



Tenir compte au quotidien
des signaux chez les élèves



Discuter en équipe,
évaluer le niveau de risque





Mener des entretiens dirigés avec l'élève

ÉLÉMENTS À RETENIR EN GÉNÉRAL

- > Choisir un moment opportun pour proposer un dialogue, établir un climat de confiance
- > Partager ses observations concrètes en employant le message «je», exprimer son implication et sa préoccupation
- > Éviter les reproches et la culpabilisation
- > Questionner sur son état de santé avec tact
- > Partager son impression, sans pour autant relativiser ou mésestimer les sentiments de l'élève («tout cela n'est pas si grave»)

RISQUE DÉPRESSIF

- > Ne pas avoir trop d'attentes du premier entretien. Une certaine retenue de l'élève est normale
- > Ne pas harceler, supporter les silences et être patient
- > Chercher ensemble des solutions aux effets concrets de l'état dépressif : définir des buts et proposer du soutien
- > Ne pas prendre de responsabilité thérapeutique : le traitement de problèmes plus profonds doit être pris en charge par un-e professionnel-le de la santé

RISQUE SUICIDAIRE

- > Parler ouvertement de la possible existence de pensées suicidaires : en parler ne veut pas dire que l'on passera à l'acte !
- > Questionner ouvertement sur le risque suicidaire, c'est-à-dire l'existence d'idées ou de projet suicidaire concret
- > Lors de signaux d'un risque suicidaire élevé : impliquer immédiatement un-e professionnel-le de la santé, ainsi que les parents, ne pas laisser l'élève seul-e
- > Toujours prendre contact avec un professionnel de la santé en cas d'incertitude quant au niveau de risque pour l'élève

AIDE, DOCUMENTATION

- > Fiche de travail : Préparation d'entretien
- > Fiche de travail : Protocole d'entretien
- > Points de repère pour l'entretien avec des élèves présentant des signes de dépression ou de risques suicidaires
- > Plusieurs flyers des centres d'aide et de consultation pour les jeunes : www.ciao.ch, tél. 147, tél. 143
- > Mener des entretiens motivationnels avec les jeunes (BE in MOVE), formation délivrée par Santé bernoise



Impliquer le réseau éducatif

- > Informer l'élève de la prise de contact avec ses parents¹
- > Ne promettre aucun secret ou mise sous silence
- > En cas de risque suicidaire prolongé ou élevé, recommander un soutien thérapeutique ou pédagogique
- > Informer quant aux soutiens professionnels possibles

- > Décrire aux parents les observations concrètes, évoquer sa propre préoccupation
- > Parler des possibles conséquences sur le plan scolaire ou personnel, ou celles étant déjà constatées
- > Parler de crise plutôt que de dépression, celle-ci pouvant rapidement être vécue comme stigmatisante, donner la feuille d'information pour les parents portant sur ce thème
- > Expliciter ses propres limites, motiver les parents à clarifier les leurs

- > En cas de risque suicidaire élevé, immédiatement informer les parents

- > Fiche de travail : Préparation d'entretien
- > Fiche de travail : Protocole d'entretien
- > Soirées de sensibilisation pour les parents par Santé bernoise
- > Infos pour les parents et les personnes à charge d'éducation

¹ Pour la simplification de la lecture, nous ne parlons ici plus que de parents, les autres intervenant-e-s du milieu éducatif étant sous-entendus.



Activer les soutiens internes de l'école

- > Informer tout-e-s les enseignant-e-s impliqués de la situation actuelle et de la procédure à suivre
- > Définir les responsabilités entre la direction de l'école, les enseignant-e-s et les autres personnes impliquées
- > Discuter des possibles conséquences avec l'élève

- > En cas de besoin, organiser une discussion de classe sur le thème «Gestion du stress et de crise»
- > Évaluer la possibilité d'aménagements temporaires des exigences scolaires pour les élèves concernés (dispenses, aides scolaires, etc.)

- > Ne pas rester seul-e : en cas de possibilité d'un risque suicidaire élevé, impliquer au plus vite la direction de l'école et les professionnel-le-s au sein de l'école (travailleur-euse social-e, médecin, psychologue scolaire, Care-Team)

- > Fiche de travail : Préparation d'entretien
- > Fiche de travail : Protocole d'entretien
- > Coffret médiathèque sur le thème «Stress et crises» avec matériel pédagogique peut être emprunté auprès de la médiathèque de Santé bernoise
- > Document de la CDIP (Conférence suisse des Directeurs de l'Instruction Publique) «Situations de crise-Un guide pour une action et une prévention compétentes à l'école»



Impliquer le réseau extrascolaire (autorités, professionnel-le-s)

- > En cas de besoin, faire appel aux conseils et soutiens de professionnel-le-s externes pour aider l'élève et/ou ses parents et/ou les enseignant-e-s
- > Si les parents n'ont pas entrepris de démarches : formuler le besoin de contacter des professionnel-le-s en vue d'un soutien
- > Évaluer la nécessité d'envoyer un avis de détresse auprès de l'autorité tutélaire

- > En présence d'une dépression diagnostiquée par un médecin : en informer les enseignant-e-s impliqués, se mettre d'accord sur les procédures à adopter
- > Soutenir ou soulager l'élève autant que possible : offrir des espaces de calme, sans y être dérangé, favoriser l'intégration au sein de la classe, offrir des retours positifs, même pour des petits succès

- > Reconnaître ses propres limites : impliquer des soutiens externes trop tôt plutôt que trop tard
- > En cas de risque suicidaire élevé, s'assurer que l'élève ne soit pas seul-e, jusqu'à la rencontre avec un-e professionnel-le

- > www.profinfo.ch – Survol des offres d'aide et de soutien pour les écoles dans le domaine de la prévention, du repérage et de l'intervention précoce
- > Offres d'aide et de soutien

